সচিত্র

যৌনবিজ্ঞান

[মত ও পথ—সমস্যা ও সমাধান]

দ্বিতীয় খণ্ড

জন্মনিয়ন্ত্রণ, অবৈধ গর্ভ, নর-নারীর রতিকুণ্ডি, দম্পতির বিলাসকলা ইত্যাদি।

●

বাংলা ভাষায় একমাত্র স্বয়ংসম্পূর্ণ 'যৌন বিশ্বকোষ'
অসংখ্য নূতন নূতন তথ্য ও চিত্র সুশোভিত, আমূল সংশোধিত
এবং বিষয়বস্তুতে বহুগুণ পরিবর্ধিত

●

আবুল হাসানাৎ
প্রণীত
ও
ডাঃ গিরীন্দ্রশেখর বসু, এম. বি., ডি. এস্-সি.
লিখিত
ভূমিকা-সম্বলিত

মল্লিক ব্রাদার্স
প্রকাশক ও পুস্তক বিক্রেতা
৫৫, কলেজ স্ট্রীট, কলিকাতা-৭০০ ০৭৩

সচিত্র যৌনবিজ্ঞান
আবুল হাসানাৎ

প্রকাশ ঃ
প্রথম সংস্করণ—১৯৩৬

প্রকাশক ঃ
আবদুল কালাম মল্লিক
মল্লিক ব্রাদার্স
৫৫, কলেজ স্ট্রীট
কলিকাতা-৭০০ ০৭৩

প্রচ্ছদ ঃ কুমারঅজিত

মুদ্রাকর ঃ
শ্রীধনঞ্জয় দে
রামকৃষ্ণ প্রিণ্টিং ওয়ার্কস্
৪৪, সীতারাম ঘোষ স্ট্রীট
কলিকাতা-৭০০ ০০৯

উপহার পত্র

আমার শ্রদ্ধাস্পদ, স্নেহাস্পদ, বন্ধু / বান্ধবী

....কে

আমার ভক্তির, ভালবাসার, মমতার নিদর্শনস্বরূপ এই পুস্তকখানি আন্তরিক মঙ্গল কামনায় উপহার দিলাম।

বর্তমান সংস্করণ সম্বন্ধে নিবেদন

'যৌনবিজ্ঞান' গ্রন্থখানির প্রথম সংস্করণ ১৯৩৬ সনে বাহির হয়। পাঠক-পাঠিকা, সংবাদপত্র ও পত্রিকা, দেশের সকল সম্প্রদায়ের নেতৃস্থানীয় ব্যক্তিগণ এবং সাহিত্যিকেরা উহাকে সাদরে গ্রহণ করিয়া আমাকে উৎসাহিত করেন। এজন্য আমি তাঁহাদের সকলের নিকট চিরকৃতজ্ঞ।

মূল সংস্করণের মুখবন্ধে আমি লিখিয়াছিলাম ঃ

"দুইটি কারণে আমি বাংলা সংস্করণ* আগে প্রকাশ করিলাম। প্রথম কারণ এই যে, আমাদের তরুণ শিক্ষার্থিগণকে মাতৃভাষার সাহায্যে সকল প্রকার শিক্ষা দেওয়ার দাবী আজ সর্বত্র স্বীকৃত হইতেছে। দ্বিতীয় কারণ এই যে, বাংলা ভাষায় বিজ্ঞান সম্বন্ধীয় পুস্তক লিখিবার মত পারিভাষিক শব্দ বিদ্যমান নাই বলিয়া যে ভ্রান্ত ধারণা আছে, তাহা দূর করিবার সময় আসিয়াছে। এই বিষয়ে আচার্য রামেন্দ্রসুন্দর ত্রিবেদী প্রমুখ মনীষিগণের সাধু প্রচেষ্টা আমাকে বহুলাংশে উদ্বুদ্ধ করিয়াছে। যদিও আমাকে অল্পবিস্তর শব্দ তৈয়ার করিতে হইয়াছে, তথাপি আমি আনন্দের ও গৌরবের সঙ্গে স্বীকার করিতেছি যে, জটিল বৈজ্ঞানিক ও মনস্তাত্ত্বিক ভাবপ্রকাশের উপযোগী শব্দের অভাব আমি মাতৃভাষায় খুব বেশী অনুভব করি নাই। পারিভাষিক শব্দের অভাবে বৈজ্ঞানিক গ্রন্থ প্রণয়নে আমাদের মাতৃভাষার উপযোগিতায় যাহারা সন্দিহান, আশা করি শীঘ্রই তাঁহাদের সন্দেহের অবসান হইবে। আমার দৃঢ় বিশ্বাস, আমাদের শিক্ষাপীঠসমূহ, কলিকাতা ও ঢাকা বিশ্ববিদ্যালয় ও সাহিত্যসেবীদের চেষ্টার ফলে তাঁহাদের সে স্বপ্ন বাস্তবে পরিণত হইবে।

মনোবিজ্ঞানের প্রখ্যাত গবেষক ডাঃ গিরীন্দ্রশেখর বসু, এম.বি., ডি.এস্-সি. মহোদয় অনুগ্রহ করিয়া আমার গ্রন্থের ভূমিকা লিখিয়া দিয়াছেন। তজ্জন্য আমি তাঁহাকে আন্তরিক ধন্যবাদ জ্ঞাপন করিতেছি।

"আমি আশা করি, যে আন্তরিক সদিচ্ছা লইয়া আমি এই গ্রন্থ প্রণয়ন করিয়াছি, অনুরূপ সদিচ্ছা লইয়া বাংলার পাঠকসমাজ ইহা অধ্যয়ন ও সমালোচনা করিবেন।"

মূল সংস্করণে সুসাহিত্যিক আবুল মনসুর আহমদ সাহেব আমাকে প্রভূত সাহায্য করিয়াছিলেন। পরবর্তী সংস্করণগুলিতে লক্ষ্ণৌ প্রবাসী বন্ধুবর শ্রদ্ধেয় নির্মলচন্দ্র দে সমগ্র বিষয়বস্তুর সমালোচনা, নূতন বিষয়ের যোজনা, দোষত্রুটি সংশোধন ইত্যাদি বিষয়ে অসামান্য সাহায্য করিয়াছেন। তাঁহার গভীর জ্ঞান, বিচার-বিবেচনা, প্রতি পৃষ্ঠার প্রতি

---

* এই পুস্তকের ইংরেজি সংস্করণ All about Sex, Love and Happy Marriage বাহির হইয়াছে।

বাক্যের সূক্ষ্ম যাচাই করা আমাকে চমৎকৃত করিয়াছে। ডাঃ সুনীলকুমার নন্দী, এম. বি., ডি.-টি এম., ডি.পি.-এইচ. মহোদয়ও বহু মাল-মসলা যোগাইয়া ও সমালোচনা, সংশোধন ইত্যাদি করিয়া আমাকে বাধিত করিয়াছেন। তাঁহাদের সকলের নিকট আমি চিরকৃতজ্ঞ। দুষ্প্রাপ্য কাগজ ও দুর্মূল্য মুদ্রণ-ব্যবস্থার এই দুর্দিনে জনাব মহিউদ্দীন আহমদ সুষ্ঠুমতেই বইখানি প্রকাশ করিলেন। উনি ও তাঁহার মত বিশ্বস্ত প্রকাশকেরা আমার অপরাপর বইগুলির প্রকাশ ও পুনঃপ্রকাশের ভার লইবেন আশা করি। বস্তুত বিশ্বস্ত প্রকাশকেরাই সব দেশে সাহিত্য, কলা ও বিজ্ঞানের পরিবেশক ঃ লেখক-লেখিকা, গবেষকদের প্রত্যক্ষ পরিপোষক।

বস্তুত এই সংস্করণের প্রায় প্রতি অনুচ্ছেদ, প্রতি পৃষ্ঠা আমূল সংশোধিত এবং বিষয়বস্তু অসংখ্য নূতন তথ্য-যোজনায়, নূতন বিষয়-সন্নিবেশে পূর্বাপেক্ষা অনেকটা পরিবর্ধিত হইল। চিত্রসংখ্যাও বাড়ানো হইয়াছে।

মূল সংস্করণের উপর এতটা হস্তক্ষেপ করিবার কারণ বহুবিধ ঃ

(১) যৌনজ্ঞান-বিজ্ঞানের দ্রুত প্রসার ও উন্নতি ;

(২) পাঠক পাঠিকার পুরাতন নানাবিষয়ে আরও জানিবার আগ্রহ এবং আরও নূতন বিষয়ে জিজ্ঞাসা ,

(৩) বহু সামাজিক সমস্যার আলোচনা এবং উহাদের প্রতিষেধক এবং প্রতিকার-মূলক উপায় ও উপকরণের উল্লেখ ও বিচার ;

(৪) যৌননিষ্ঠার স্বরূপ পরিবর্তিত হওয়ায় জনসাধারণকে এই সম্বন্ধে অবহিত করিবার আবশ্যকতা ;

(৫) সমাজে যৌন ব্যাপার সম্বন্ধে পুস্তকে খোলাখুলিভাবে আলোচনার বিরুদ্ধে গোড়ামির হ্রাস ;

(৬) আমার নিজের অধ্যয়ন, আলোচনা, গবেষণার বিস্তৃতি ;

(৭) বাংলা ভাষায় স্বয়ংসম্পূর্ণ একখানা সত্যকার যৌনবিশ্বকোষের অভাব থাকায় তাহা পূরণ করিবার জন্য বন্ধু-বান্ধবদের অনুরোধ।

বস্তুত এই সংস্করণ মূল সংস্করণের ভিত্তির উপরই দণ্ডায়মান ; কিন্তু উহার উপর একেবারে নূতন গৃহরচনারই সমতুল্য।

পাঠক-পাঠিকা এবং আমার দেশবাসী গ্রন্থখানিকে আদর করিয়াই চলিয়াছেন। পূর্ব পূর্ব সংস্করণ যাঁহারা পড়িয়াছেন বা পড়িতেছেন, তাঁহারাও এই নূতন সংস্করণে অনেক কিছু নূতন তথ্য পাইবেন।

এদেশ-ওদেশের অনেক খ্যাতনামা লেখকেরও একটা বদভ্যাস এই যে, লিখিত পুস্তক একবার জনপ্রিয় হইয়া গেলে উহার পুনর্মুদ্রণ করিয়া করিয়াই তাঁহারা আত্মপ্রসাদ ও অর্থ লাভ করিয়া থাকেন। সুতরাং দায়িত্ব ও কর্তব্যহীন আলস্যের অজুহাতে জ্ঞান-বিজ্ঞানের দ্রুত প্রসার যে বিষয়বস্তুর সংশোধন-সংযোজন অপরিহার্য করিয়া তোলে, ইহা যেন

তাঁহারা ভুলিয়াই যান ! এই ন্যায্য প্রাপ্য হইতে আমি পাঠক-পাঠিকাকে বঞ্চিত করি নাই—করিবও না ।

যৌনবিষয়ে পূর্বে যাহা অন্ধবিশ্বাস বা অনুমান মাত্র ছিল, অধুনা তাহা অনেকাংশে বৈজ্ঞানিক তথ্যের রূপ পাইয়াছে। আমার এই তথ্যসমূহ সমাজের কল্যাণ-অকল্যাণের দিক হইতে জনসাধারণের ব্যবহারিক জীবনকে কিভাবে প্রভাবান্বিত করে বা করা উচিত তাহা লইয়া **দর্শন** বা **ফিলোসফির** প্রশ্নও উঠিতেছে। এইজন্য **সমাজ সমস্যামূলক** বহু আলোচনায় আমাকে প্রবৃত্ত হইতে হইল। আমার দেশবাসী সবক্ষেত্রে আমার সহিত একমত না হইতে পারিলেও আমার বক্তব্যগুলি বিচার-বিবেচনা করিয়া দেখিবেন—এ দৃঢ় বিশ্বাস আমি পোষণ করি ।

সুরুচিসম্মত বৈজ্ঞানিক দৃষ্টিসম্পন্ন কলিকাতার ও ঢাকার **'নরনারী'** ও কলিকাতার **'নূতন জীবন'** পত্রিকা দুইখানি এই পুস্তকের বিশেষ অংশ উদ্ধৃত করিয়া জনসাধারণ্যে প্রকাশ করিয়াছেন। এইজন্য সম্পাদকদের নিকট আমি কৃতজ্ঞ ।

সঠিক যৌনজ্ঞান বিতরণে সকল পত্রিকারই সহযোগিতা করিবার সময় আসিয়াছে আমি এইরূপ মনে করি। **এই পুস্তকের অংশবিশেষ ঋণ-স্বীকারপূর্বক উদ্ধৃত করিবার অনুমতি সকলের জন্যই রহিল ।**

শুধু প্রচারই নহে। যৌনবিজ্ঞান তরুণ-তরুণীর বিষয় বলিয়া সভ্যজগৎ স্বীকার করিতেছে। এই বিষয়ে প্রথম খণ্ডে আমি বিস্তৃত আলোচনা করিয়াছি ।

জ্ঞানবিজ্ঞানের জিজ্ঞাসা অফুরন্ত ; সাধনার পথ অনন্ত। পাঠক-পাঠিকা নূতন প্রশ্ন, নূতন তথ্য, নূতন ভাব যোগাইয়া ও আন্তরিক পরামর্শ দিয়া অন্বেষণ-অনুসন্ধানের পথে আমার কৌতূহলী সহযাত্রী হইবেন, এটি অনুরোধ রহিল ।

সূচী

॥ এক ॥

জন্ম-নিয়ন্ত্রণ—কি এবং কেন

এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে কি কি বিষয়ের আলোচনা করা হইয়াছে বর্তমান খণ্ডের পাঠক-পাঠিকার তাহা জানা আবশ্যক। শুধু তাহাই নহে, ঐ খণ্ড পড়িয়া লইলে বা একই সঙ্গে পড়িলে যৌন-জীবন সম্পর্কে যথেষ্ট জ্ঞান সঞ্চয়ে সুবিধা হইবে। তাহা না করিলে জ্ঞানাহরণ অপরিপূর্ণ থাকিয়া যাইতে বাধ্য। কারণ যৌনবিজ্ঞানের অধিকাংশ জ্ঞাতব্য ও কর্তব্য তথ্যই এই যৌন বিশ্বকোষ-এর দুই খণ্ডে পরিবেশন করা হইয়াছে। তৃতীয় খণ্ডে বাকী সবটুকু দেওয়া হইবে।

'যৌনবিজ্ঞান কি এবং কেন?' এই প্রশ্ন দুইটির সুদীর্ঘ উত্তর দিয়াছি আমি প্রথম খণ্ডের ১ম হইতে ৩য় অধ্যায়ে। এখানে শুধু প্রসঙ্গত ও সংক্ষেপত বলিতে চাই যে, পাঠক-পাঠিকার এক শ্রেণীর ইহা হইল প্রকৃত জিজ্ঞাসা। দুঃখের বিষয় ইহাদের সংখ্যা অত্যন্ত কম। এতদিন ইহাদের প্রশ্নগুলি এড়াইয়াই যাওয়া হইত। সাধারণ লোকেরা মনে করিত—সমস্ত ব্যাপারটিই অশ্লীলতাপূর্ণ, লজ্জাকর, ঘৃণ্য, পাপজনক, গোপনীয় বা প্রকাশ্যভাবে আলোচনার অযোগ্য। উত্তেজনা সার্বজনীন এবং তাহার চরিতার্থতাও যেমন তেমন ভাবে সবাই করিয়াই ফেলে। তাই ও-সম্পর্কে বিশেষ লিখিবার আর কি আছে?

বস্তুত ক্ষুধার তাড়নায় ও জীবনধারণের জন্য দেখিয়া দেখিয়া শিখিয়া আমরা সকলেই আহার করিয়া থাকি আর মনে করি যে ঠিক ঠিক বস্তুগুলি ঠিকভাবে রন্ধন ও ভোজন করিতেছি। কিন্তু খাদ্য বিজ্ঞানের আধুনিক উত্তম কোনও পুস্তক পাঠ করিলেই আমরা দেখিতে পাইব আমাদের খাদ্য নির্বাচন, আহারের মাত্রা, সময়, প্রণালী ও খাদ্য রন্ধন-রক্ষণ সম্পর্কে কত ভুলভ্রান্তি-দোষত্রুটি আছে। আরও দেখিতে পাইব, কত বিভিন্ন বিজ্ঞান শাখার সমবায়ে খাদ্যের কার্যকারিতা নির্ভর করিতেছে। খাদ্যদ্রব্যের গুণাগুণ পরীক্ষার জন্য রাসায়নিক পরীক্ষা করা হয় এবং নানা জীব, জন্তু ও মানবদেহে উহাদের ক্রিয়া ও ফলাফল লক্ষ্য করিয়া নিরপেক্ষ তথ্যানুলিখন চলিতে থাকে। হজমের প্রণালী ও প্রক্রিয়া নির্ণয়ের জন্য তৎসংক্রান্ত সমস্ত যন্ত্রের গঠন ও ক্রিয়া জানিতে ও বুঝিতে হয়। তেমনই যৌনবিজ্ঞান সম্বন্ধে তথ্যাবলী বহু বিজ্ঞান শাখার সমবায়ে আহার করা হয়। উহাতে কেবল দৈহিক মিলনের আলোচনাই থাকে না, থাকে তৎসহ বহু আনুষঙ্গিক শরীরতত্ত্ব, মনস্তত্ত্ব, স্বাস্থ্য, সুখ-সামঞ্জস্য ইত্যাদির মঙ্গলময় আলোচনা ও উপদেশ।

প্রথম খণ্ডে যৌনবোধ, যৌনবিজ্ঞান, যৌন-ইন্দ্রিয়, যৌন-আচরণ, যৌন-বিকৃতি, যৌন-

নিষ্ঠা, যৌনব্যাধি ও যৌনবিশৃঙ্খলা, যৌনবৃত্তি-নিয়ন্ত্রণ বা বিবাহ ইত্যাদির* সম্বন্ধে বিশদ আলোচনা করিয়াছি। বিবাহের পূর্বেই নর ও নারীর ঐ সকল নিয়মসমূহে জ্ঞান-লাভ করা উচিত। তাহা না হইলে দাম্পত্যজীবন নানা দিক দিয়া বিড়ম্বিত হইবে।

বিবাহিত জীবনকে কি করিয়া সাফল্যমণ্ডিত করা যায় আমরা বর্তমান খণ্ডে সেই সম্বন্ধেই আলোচনা করিব।

পরিবার বৃদ্ধির আশঙ্কা

নবদম্পতিকে প্রথমেই যে **আশঙ্কা** বা **সম্ভাবনার** সম্মুখীন হইতে হয় উহা অনাকাঙ্ক্ষিত সন্তান জন্মের দ্বারা **পরিবার বৃদ্ধি**। অবশ্য যাহারা সন্তান কামনাই করে তাহাদের কথা স্বতন্ত্র। অধিকাংশ দম্পতিই বিবাহের সঙ্গে সঙ্গেই সন্তানের জন্মদান ও সন্তান পালনের গুরুভার বহন করিতে সাহসী হয় না। স্ত্রীর থাকে শারীরিক ও মানসিক বিপর্যয়ের ভয়, স্বামীর থাকে উহাকে অত শীঘ্র শীঘ্র পীড়া দিবার অনিচ্ছা এবং হয়তো পোষ্য-সংখ্যা বৃদ্ধির ঝুঁকি সামলাইবার অসঙ্গতি। অথচ স্বাভাবিকভাবে দাম্পত্য বিহার করিতে থাকিলে পর পর সন্তান জন্মিতে থাকিবারই সম্ভাবনা।

কবি দ্বিজেন্দ্রলাল রায় লিখিয়াছেন :—

"প্রাণ রাখিতে সদাই যে প্রাণান্ত ;
জন্মিতে কে চাইত যদি আগে সেটা জানত ?
বিয়ে করলেই পুত্রকন্যা আসে যেন প্রবল বন্যা ;
পড়াতে আর বিয়ে দিতে হই সর্বস্বান্ত।"

বাস্তবিকই "বিয়ে করলেই পুত্রকন্যা—আসে যেন প্রবল বন্যা", ইহা অসংখ্য ক্ষেত্রে প্রযোজ্য।

---

* শুধু অধ্যায়-সূচীই এইরূপ :

(১) যৌনবিজ্ঞানের ইতিহাস। (২) যৌন-শাস্ত্র ও যৌনবিজ্ঞান। (৩) যৌন-শিক্ষা। (৪) জন্ম-প্রকরণ (চিত্রে ও বর্ণনায়)। (৫) যৌন ইন্দ্রিয়সমূহ (চিত্রে ও বর্ণনায়)। (৬) যৌন-গ্রন্থিসমূহ (চিত্রে ও বর্ণনায়)। (৭) উভলিঙ্গ। (৮) নর ও নারী। (৯) যৌনবোধের তারতম্য। (১০) যৌন-বোধের উন্মেষ। (১১) যৌনবোধের বিভিন্নমুখী প্রকাশ (১)। (১২) যৌনবোধের বিভিন্নমুখী প্রকাশ (২)। (১৩) যৌনবোধের বিভিন্নমুখী প্রকাশ (৩)। (১৪) যৌনবোধের বিভিন্নমুখী প্রকাশ (৪)। (১৫) যৌন-বোধের বিকাশের ধারা (Case histories)। (১৬) নর ও নারীর যৌন সম্পর্ক। (১৭) বিবাহেতর যৌন মিলন। (১৮) বেশ্যা প্রথা। (১৯) যৌনবোধের মনস্তাত্ত্বিক ব্যাখ্যা। (২০) যৌনবোধ ও লজ্জাশীলতা। (২১) যৌনবৃত্তি-নিয়ন্ত্রণ—সামাজিক সমস্যা, বিবাহ-প্রথা—উহার সমাধান। (২২) বিবাহের প্রয়োজনীয়তা। (২৩) বিভিন্ন বিবাহ-প্রথা। নানা প্রকারের দৃষ্টান্ত। (২৪) বিবাহ ও বিচ্ছেদের বিভিন্ন প্রণালী পদ্ধতি। (২৫) বিবাহের উদ্দেশ্য, উপকার ও দোষ। (২৬) বিবাহে বিবেচ্য ও কর্তব্য বিষয়সমূহ। প্রণয় সাপেক্ষ পরিণয় বনাম পরিণয় সাপেক্ষ প্রণয়। (২৭) কিশোর-কিশোরীর যৌন বিষয়ে উৎকণ্ঠা। (২৮) যৌন স্বাস্থ্য রক্ষা। (২৯) রতিজ রোগসমূহ। (৩০) অন্যান্য যৌন বিশৃঙ্খলা। (৩১) যৌন-নিষ্ঠা ও সতীত্ব। গ্রন্থপঞ্জী, প্রশ্নমালা, উত্তরমালা, প্রদর্শিকা ইত্যাদি ইত্যাদি।

সন্তান কাম্য নহে, অথবা উহাকে ঘৃণার চক্ষে দেখিতে হইবে—ইহা মোটেই আমাদের বক্তব্য বা অভিমত নয়। নিজেদের উপভোগ বা বিলাসিতার উপর স্বার্থপরের মতো জোর দেওয়া উচিত নহে, বরং সন্তানলাভ মানুষের একটা প্রধান কর্তব্য। কর্তব্য পালন যাহাতে সম্যকভাবে সম্ভবপর হয় সেই ক্ষমতা এবং আন্তরিক আগ্রহ দম্পতির হওয়া চাই। সন্তান হইবে কামনার পাত্র—অনাহূত অতিথির মত অপ্রিয় নহে।

ইহার পূর্ণ ব্যাখ্যা করিবার জন্য বাংলায় "জন্মনিয়ন্ত্রণ—মত ও পথ"; ইংরেজিতে Ideal Family Planning এবং হিন্দি ও উর্দুতে স্বতন্ত্র পুস্তকে লিখিয়াছি। এখানে শুধু দম্পতিকে সাধারণ মত ও উপকারী কতিপয় পথের সন্ধান দিতেছি।

যাঁহারা জন্মনিয়ন্ত্রণে অথবা উহার কৃত্রিম প্রক্রিয়ায় বিশ্বাসবান নহেন তাঁহাদের মধ্যে বহু মনীষীও আছেন। তাই ভিন্ন মতের অবকাশ আছে বলিয়াই আমি আমার 'জন্মনিয়ন্ত্রণ' পুস্তকের ভূমিকায় লিখিতে বাধ্য হইয়াছি: "—জন্মনিয়ন্ত্রণের সমস্যা এদেশে একটি গুরুতর সমস্যার মধ্যে গণ্য। ইহার স্বপক্ষে এবং বিপক্ষেও বলিবার অনেক কথাই আছে। এ সম্বন্ধে ইচ্ছা ও অভিরুচিও বিভিন্ন ক্ষেত্রে বিভিন্ন হইবে। তবে আমার মনে হয়, জন্মনিয়ন্ত্রণের মূলসূত্রগুলি সকল নরনারীরই জানিয়া রাখা উচিত। প্রয়োগ করা না-করাব স্বাধীনতা সকল সময়েই তাহাদের নিজেদের। এমন কি পিতামাতা গুরুজনের পক্ষেও তাঁহাদের ছেলে-মেয়েরা বয়স্ক হইবার সঙ্গে সঙ্গে বিশেষ করিয়া বিবাহবন্ধনে আবদ্ধ হইবার পূর্বেই যাহাতে এ সম্বন্ধে নির্ভুল জ্ঞান লাভ করিতে পারে, তাহা দেখা উচিত। কারণ, কুসংস্কার ও ভ্রান্ত মত ও পথ সাধারণতই সহজলভ্য।"

এখানেও আমাদের বক্তব্য উহাই।

জন্মনিয়ন্ত্রণের সংজ্ঞা

পুরুষ ও নারীর দৈহিক মিলনে সন্তান-জন্মের যে সম্ভাবনা থাকে, সেই সম্ভাবনার উপর সাধারণত নারী-পুরুষের কোনও হাত থাকে না। এই জন্ম-সম্ভাবনাকে নিয়ন্ত্রণ করা, অর্থাৎ পিতামাতা ইচ্ছা করিলে সন্তান হইবে আর ইচ্ছা না করিলে হইবে না, সন্তান জন্মের উপর পিতামাতার এতখানি অধিকার স্থাপন করার নাম জন্মনিয়ন্ত্রণ।

সূক্ষ্মভাবে দেখিতে গেলে বলিতে হইবে ইংরেজি Birth Control অর্থাৎ জন্মনিয়ন্ত্রণ কথাটাই ঠিক নহে; কারণ আমরা যাহা চাই তাহা Conception Control অর্থাৎ গর্ভনিয়ন্ত্রণ। তবে পূর্বোক্ত কথাটারই প্রচলন হইয়া গিয়াছে; সুতরাং উহা দ্বারা শেষোক্ত অর্থই বুঝিতে হইবে। অতএব জন্মনিয়ন্ত্রণ বলিতে গর্ভপাত বা ভ্রূণ-হত্যা বুঝায় না।

আবার পিতামাতা ইচ্ছা করিলেই সন্তান লাভ করিতে পারিবে ইহা ঠিক নহে।

অনেক ক্ষেত্রে পিতামাতার যথেষ্ট আগ্রহ সত্ত্বেও নানা কারণে গর্ভাধান হয় না। সুতরাং পিতামাতা ইচ্ছা করিলেই সন্তান হইবে, এমন কথা বোধহয় জন্মনিয়ন্ত্রণের সংজ্ঞার মধ্যে স্থান না পাওয়াই ভাল। উত্তরে বলিব যে, নারী বা পুরুষের সম্পূর্ণ বন্ধ্যাত্বের দৃষ্টান্ত বিরল। ঐরূপ কয়েকটি ক্ষেত্রকে অসাধারণ বলিয়া ধরিয়া লইলে, আমরা আধুনিক বৈজ্ঞানিক উপায়ে নারী-পুরুষের তথাকথিত বা সাময়িক বন্ধ্যাত্বের প্রতিকার করিয়া অনেক ক্ষেত্রেই সন্তান সম্ভাবনাকে বাস্তবে পরিণত করিতে পারি। ভবিষ্যতে সন্তান-লাভেচ্ছু পিতামাতার মনস্কাম সিদ্ধ করিতে বিজ্ঞান অধিকতর সফল হইবে এমন আশা করিবার যথেষ্ট হেতু আছে। আমার **"মাতৃমঙ্গল, জন্মনিয়ন্ত্রণ ও সুসন্তান লাভ"** পুস্তকে এই বিষয়ে আলোচনা করা হইয়াছে। এই পুস্তকের তৃতীয় খণ্ডে ওসব তথ্য সংযোজিত হইবে।

সকলেই স্বীকার করিবেন যে, কোনও কোনও ক্ষেত্রে সন্তানলাভের আকাঙ্ক্ষায় মিলন হইলেও অধিকাংশ ক্ষেত্রেই সন্তানলাভের আকাঙ্ক্ষা বিদ্যমান থাকে না। প্রকৃতপক্ষে অধিকাংশ ক্ষেত্রেই সন্তান জন্মকে মিলনের **অপরিহার্য বিপদরূপেই** গ্রহণ করা হইয়া থাকে। সুতরাং সন্তানের জন্ম বিধাতার বিধান বা দুর্ঘটনা হিসাবে মানিয়া লওয়া হয় মাত্র, অন্তরের সহিত চাওয়া হয় না।

মিলনের দুই উদ্দেশ্য

নর ও নারীর দৈহিক মিলনের দুইটি উদ্দেশ্য রহিয়াছে। একটি **সন্তান** লাভ আর একটি **আনন্দ** লাভ। যে উপায় দ্বারা এই দুইটি পৃথক উদ্দেশ্য পৃথকভাবে সাধন করা যায়, অর্থাৎ যে উপায় অবলম্বন করিলে যখন ইচ্ছা সুখলাভের সহিত সন্তানলাভ এবং যখন ইচ্ছা কেবল আনন্দলাভ করা যায়, তাহাকে **জন্মনিয়ন্ত্রণ** বলে।

ইংরেজি 'বার্থ কণ্ট্রোল'কে অনেকে বাংলায় **জন্মনিরোধ** বলিয়া থাকেন। কিন্তু উহার অর্থ বা উদ্দেশ্য জন্মনিরোধ নহে—জন্মনিয়ন্ত্রণ মাত্র। সন্তানলাভ ও আনন্দ-লাভ এই দুইটি সম্পূর্ণ পৃথক উদ্দেশ্য সন্তোষজনকরূপে সম্যক সাধিত হইতে পারে কেবল তখনই, যখন শুধু আনন্দলাভের পথে গর্ভাধানের ভীতি আমাদিগকে সন্ত্রস্ত করিয়া তোলে না। স্বেচ্ছালব্ধ পিতৃত্ব বা মাতৃত্ব যেমন পরম আনন্দদায়ক, অনাকাঙ্ক্ষিত হইলে উহা তেমনই পীড়াদায়ক। ইহাই হওয়া উচিত যে, দম্পতির শুধু ইচ্ছা ও শক্তি থাকিলে তাহারা গর্ভের আশঙ্কামুক্ত হইয়া বিহার করিতে পারিবে এবং তাহাদের **(১) সন্তানলাভের কামনা, (২) সন্তান পালনের যোগ্য অর্থবল, (৩) গর্ভধারণ, প্রসব ও শিশুকে স্তন্যদানের মত স্ত্রীর স্বাস্থ্য ও শক্তি এবং (৪) নবজাতককে পালনের যোগ্য অবসর (যথা, তিন বৎসর অপেক্ষা অল্প বয়সের অপর শিশু-পালনের ভার না থাকা) থাকিলে তবেই তাহারা সন্তানের জন্ম দিবে।** সঙ্গতিপন্ন না হইলে যে সুরতানন্দ উপভোগ করিতে পারিবে না, অথবা সংযত না হইতে পারিলে সন্তান জন্মের ভয়ে ভয়ে দিন কাটাইতে হইবে এমন হওয়া উচিত নয়।

পরিবার পরিকল্পনা (Family Planning)

বর্তমানে **Family Planning** বা পরিবার পরিকল্পনা বলিয়া একটি কথার উদ্ভব হইয়াছে। ইহার অর্থ আরও ব্যাপক। ইহার অর্থ কেবলমাত্র যে উপযুক্ত সময়ে (মাতার বয়স, স্বাস্থ্য ও দম্পতির আর্থিক সঙ্গতি বিবেচনা করিয়া) এবং উপযুক্ত ব্যবধানে নির্দিষ্ট সংখ্যক সন্তানের জন্ম দেওয়া তাহা নহে। পূর্ব পরিকল্পনা অনুযায়ী এইরূপ প্রত্যেকটি শিশুর স্বাস্থ্যরক্ষা, চিকিৎসা, উপযুক্ত খাদ্য ও শিক্ষার ব্যবস্থা, মাতার স্বাস্থ্যরক্ষা, গর্ভাবস্থায়, প্রসবের সময় ও পরে মাতার উপযুক্ত যত্ন ও প্রয়োজনীয় চিকিৎসার ব্যবস্থা ইত্যাদি এই পরিকল্পনার অন্তর্ভুক্ত। অর্থাৎ বিবাহের সময় হইতে শেষ সন্তানটি বড় না হওয়া পর্যন্ত এই পরিকল্পনার প্রসার। আরও ব্যাপকভাবে দেখিতে গেলে বিবাহের পূর্বে বিবাহেচ্ছু বা বিবাহের উপযুক্ত নরনারীর বিবাহের উপযুক্ততা বিচার পর্যন্ত ইহার ব্যাপকতা। কিছুদিন হইল ভারত ও জাপান "Family Planning" রাষ্ট্রীয় কর্তব্যের অন্তর্ভুক্ত করিয়া লইয়াছে। পাকিস্তান ও এখন বাংলাদেশও। ১৯৩৬ সাল হইতেই আমি নানা পুস্তক-প্রবন্ধে ইহার প্রচারণা করিয়া আসিতেছি।

জন্মনিয়ন্ত্রণের ইতিহাস

জন্মনিয়ন্ত্রণের ইতিহাস বিশেষ বৈচিত্র্যপূর্ণ। পুরাকালেও যে লোকে জন্মনিয়ন্ত্রণ করিবার প্রয়াস পাইত তাহার প্রমাণ পুরাতন পুঁথি পুস্তকে পাওয়া যায়।* বাইবেলে ওনানের কথা প্রসঙ্গে নিরুদ্ধ সঙ্গমের উল্লেখ আছে। হজরত মোহাম্মদের নিকট এই প্রথার উল্লেখ করিয়া এ-সম্বন্ধে তাঁহার অভিমত জিজ্ঞাসা করা হইয়াছিল। তিনি এই বলিয়া মত প্রকাশ করেন যে, খোদার যদি সন্তান দানের ইচ্ছা থাকে তাহা হইলে এই প্রক্রিয়া অবলম্বন করিলেও সন্তান হইবে। বোধ হয়, এই প্রক্রিয়ার বিফলতার কথা অবগত থাকাতেই তিনি এইরূপ অভিমত প্রকাশ করিয়াছিলেন। ভগবান বা খোদার দোহাই অযথা অদৃষ্টবাদের কুসংস্কার।

প্লেটো, অ্যারিস্টট্‌ল প্রমুখ মনীষিগণও জন্মশাসনের পক্ষপাতী ছিলেন বলিয়া জানা যায়।

অসভ্য জাতির মধ্যেও নানাপ্রকার জন্মনিয়ন্ত্রণের প্রক্রিয়ার প্রচলন দেখা যায়। রবার্ট ম্যালথাসের জনসংখ্যা বৃদ্ধি-বিষয়ক পুস্তকের (The Principle of Population—১৭৮৯) কথা এই প্রসঙ্গে বিশেষ উল্লেখযোগ্য তাঁহাকেই **জন্মনিয়ন্ত্রণের প্রথম প্রবক্তা** বলা যায়।

তাঁহার পরবর্তী উদ্যোক্তাদের মধ্যে রিচার্ড কার্লাইল, রবার্ট ওয়েন, চার্লস ব্রাড্‌ল ও মিসেস অ্যানি বেসান্ত, ফোরেল, মেরী স্টোপস্‌, নরম্যান হেয়ার, মিসেস স্যাঙ্গার,

---

* The Medical History of Contraception by E. Himes পুস্তকে বিশদভাবে জন্মনিয়ন্ত্রণের ইতিহাস দেওয়া হইয়াছে।

নরম্যান হাইম্‌স, ডাঃ এবং মিসেস স্টোন্‌, ডিকিনসন প্রমুখের নাম বিশেষ উল্লেখযোগ্য। ইঁহাদের মধ্যে অনেক বিদ্রুপভাজন, এমনকি অভিযুক্তও হইয়াছিলেন। আমাদের দেশেও অনেকে গর্ভনিয়ন্ত্রণ সম্বন্ধে পুস্তকাদি সঙ্কলন করিয়াছেন। নৃপেন্দ্রকুমার বসু ইঁহাদের মধ্যে অন্যতম।

আমার যৌনবিজ্ঞান পুস্তকের প্রথম সংস্করণে (১৯৩৬ সাল) জন্মনিয়ন্ত্রণ সম্বন্ধে আলোচনা করা হয়। আমার বাংলা 'জন্মনিয়ন্ত্রণ' ও ইংরেজি 'Ideal Family Planning' পুস্তক দুইটিতেও ইহার ইতিহাসের উল্লেখ আছে।

জন্মনিয়ন্ত্রণের আবশ্যকতা ও কুফল

যাঁহারা জন্মনিয়ন্ত্রণের পক্ষপাতী, তাঁহাদের অভিমত এই যে, অনভিপ্রেত পিতৃত্ব সভ্যতার কলঙ্ক, পরিপূর্ণ আনন্দের বিঘ্ন উৎপাদক এবং দারিদ্র্যবর্ধক। অনভিপ্রেত সন্তানের ঘন ঘন জন্ম নারীজাতির সুখ ও স্বাস্থ্য ধ্বংস করিতেছে। তাহা ছাড়া জাতকের উপরও উহার ক্রিয়া নিতান্ত উপেক্ষণীয় নহে। জন্মনিয়ন্ত্রণের প্রবক্তাগণ আরও মনে করেন যে, আনন্দলাভ ও সন্তান জন্মদান, এই দুইটি ব্যাপারকে সম্পূর্ণ পৃথক ভাবে সম্পাদন করিবার শক্তি মানুষের নিতান্ত ন্যায্য অধিকার। আর জাতকের পক্ষ হইতেও একথা নিতান্ত ন্যায় ও যুক্তি সঙ্গতভাবেই বলা যাইতে পারে যে, নারী-পুরুষের বাসনার চরিতার্থতার অনভিপ্রেত ফলস্বরূপ সে সংসারে আসিতে চায় না; পিতামাতা যদি তাহাকে কামনা করেন তবেই সে আসিতে পারে। ইহা ছাড়া সমাজ ও রাষ্ট্রের সুখ-সমৃদ্ধি, শান্তি ও শক্তির জন্য ইহা একান্ত আবশ্যক।*

জন্মনিয়ন্ত্রণের আবশ্যকতাকে তাই আমরা ব্যক্তি, সমাজ ও রাষ্ট্রের দিক হইতে আলোচনা করিতে পারি।

গর্ভিণী ও প্রসূতি-মৃত্যু হ্রাস

ব্যক্তির দিক হইতে জন্মনিয়ন্ত্রণের আবশ্যকতা আলোচনা করিলে আমরা দেখিতে পাই যে বহু সন্তানের জন্মের ফলে প্রসূতির দেহ নষ্ট ও মন ক্লিষ্ট হয় এবং পিতার আর্থিক অসচ্ছলতা বৃদ্ধি পায়।

* মাইকেল ফিল্ডিং এই মর্মে বলেন:

"Those who advocate birth control believe that involuntary or accidental parenthood is unworthy of dignity of civilised men and women, that the fear of undesired impregnation is devastating to the happiness of married people; that a rapid series of pregnancies is dangerous to the health of the women who undergo them; that adults have the right for their own sake, to separate the twofold functions of sexual intercourse, and that children have an even greater right to be brought into being, not as a punishment for other people's sins, but only if and when their birth is wholeheartedly desired and conscientiously provided for .."

নারীর পক্ষে সন্তানধারণ বিপজ্জনক। খুব স্বাস্থ্যবতী নারীর জীবনও প্রসবের সময়ে বিপন্ন হইতে পারে। আমাদের দেশের নারীদের কথা ছাড়িয়া দিলেও আমরা দেখিতে পাই যে, যে আমেরিকা ও ইউরোপে প্রসূতির জন্য সকল প্রকার বৈজ্ঞানিক ব্যবস্থা আছে, সেখানেও প্রসূতির মৃত্যুসংখ্যা হাজারে চারিজন। পৃথিবীতে যতপ্রকার বিপজ্জনক কার্য আছে তাহার মধ্যে সন্তানধারণই সর্বাপেক্ষা বিপজ্জনক। সুতরাং নারী-জীবনের নিরাপত্তার জন্যও সন্তান প্রসব যথাসম্ভব কম করা উচিত। স্বাস্থ্যের অবস্থা এবং তাহার শারীরিক ও মানসিক প্রয়োজনীয়তার দিক হইতে বিচার করিয়া সর্বাপেক্ষা শুভমুহূর্তে সন্তান-ধারণের ক্ষমতা ও সুবিধা থাকিলে গর্ভিনী ও প্রসূতির মৃত্যুর হার বর্তমান অপেক্ষা অনেক হ্রাস করা যাইতে পারে।

প্রসূতির স্বাস্থ্যরক্ষা

প্রসূতির মৃত্যুরূপ চরম অবস্থার কথা বাদ দিলেও আমরা দেখিতে পাই যে, ঘন ঘন প্রসব প্রসূতির স্বাস্থ্য ধ্বংস করিয়া ফেলে। এক সময়ে যে নারীর দেহে স্বাস্থ্য ও যৌবন উছলিয়া পড়িতে দেখিয়াছি, পর পর সন্তান প্রসব করিয়া সে নারীর ফ্যাকাশে চেহারা, কোটরগত চক্ষু, কেশ বিরল মস্তক দেখিয়া হৃদয়ে দারুণ বেদনা অনুভব করিয়াছি। প্রসূতিকে দীর্ঘ দশ মাস যাবৎ নিজের রস-রক্ত দিয়া একটি জীবনকে প্রতিপালন করিতে হয়। ঘন ঘন গর্ভধারণের ফলে তাহার জীবনীশক্তি অতিশয় হ্রাস-প্রাপ্ত হয়। ইহা ছাড়া তাহাদের উদরের পেশী ঢিলা ও থল থলে হইয়া যায়। ফলত নারীর সর্বাঙ্গে গর্ভধারণের ফল সুস্পষ্টভাবে দৃষ্ট হইয়া থাকে।

স্বাস্থ্যবতী নারী যদি দুই গর্ভের মধ্যে যথেষ্ট বিশ্রাম পায়, তবে গর্ভধারণের ক্লান্তি ও অবসাদ দূর করিয়া পুনরায় গর্ভধারণের উপযোগী হইতে পারে। এইভাবে একটি নারী সাত-আটটি সন্তান ধারণ করিলেও তাহার শরীর ও স্বাস্থ্যের বিশেষ ক্ষতি হইবে না ; বিশ বৎসরের যুবতীর সহিত পঁচিশ ছাব্বিশ বৎসরের যুবকের বিবাহ হইলে তাহারা স্বচ্ছন্দে প্রায় বিশ বৎসরকাল সন্তানলাভ করিতে পারে। ৩/৪ বৎসর বিশ্রাম দিয়া সন্তান প্রসব করিলেও ঐ দম্পতি কয়েকটি সন্তানের পিতামাতা হইতে পারে। পাঁচটি সন্তানও কামনা করে এমন পিতামাতা আমাদের দেশে এ যুগে খুব কমই আছে। অবসরান্তর পাঁচটি সন্তানের জন্মদান করিলে মাতার স্বাস্থ্যের কোন ক্ষতিই হইবে না, অথচ ঘন ঘন প্রসব করিয়া তিনটি সন্তানের জন্মদান করিলেও প্রসূতির স্বাস্থ্য একেবারে ভাঙ্গিয়া পড়িবে।

দম্পতির দৈহিক তৃপ্তির প্রয়োজন

দম্পতির দৈহিক কারণেও জন্মনিয়ন্ত্রণের আবশ্যকতা আছে। পুরুষের তীব্র যৌন অনুভূতির তৃপ্তি সাধনের জন্য তাহার পক্ষে নারীর সহিত মিলন চাই-ই। ধর্ম, নীতি, সুনাম, স্বাস্থ্য, শান্তি ও সমাজ-শৃঙ্খলা বজায় রাখিয়া বাসনা পূর্ণ করিতে হইলে

বিবাহিত স্ত্রী সম্ভোগের অবাধ সুবিধা তাহার থাকা দরকার। কিন্তু সকল সময়েই যদি সন্তান বৃদ্ধির আশঙ্কা থাকে, তবে হয় প্রতি বৎসর সন্তানের জন্মের সম্ভাবনা মানিয়া লইতে হইবে, অন্যথায় স্বাভাবিক উপায়ে তৃপ্তিলাভ বন্ধ করিতে হইবে; এ দুইয়ের কোনটাই না পারিলে অন্য উপায়ে যৌনক্ষুধা নিবৃত্ত করিতে হইবে।

ঘন ঘন সন্তানের জন্ম যদি মানিয়া লওয়া হয়, তবে উপর্যুপরি সন্তান জন্মগ্রহণ করায় পোষ্য-সংখ্যা বৃদ্ধি পাইলে সন্তানেরা উপযুক্ত খাদ্য, পরিবেশ ও পরিচর্যার অভাবে দুর্বল, রুগ্ন ও অশিক্ষিত হইবে।

এবার ধরুন নৈষ্ঠিক ব্রহ্মচর্যের কথা। বিবাহিতের সংযম, ব্রহ্মচর্য প্রভৃতি বড় বড় নীতির কথা ও আদর্শ আমাদের সম্মুখে থাকা সত্ত্বেও আমরা বলিতে বাধ্য যে, সাধারণভাবে ঐ ব্যবস্থা প্রকৃতিবিরুদ্ধ এবং অনিষ্টকর। সুতরাং তৃতীয় একটি অবস্থা মানিয়া লইতে হয়। নিজের বাসনার তৃপ্তিসাধনের জন্য পুরুষকে অন্যত্র নারীসম্ভোগ করিবার ব্যবস্থা দিতে হয়। কিন্তু স্বাস্থ্য, সমাজ, ধর্ম, নীতি, সুনাম বা দাম্পত্যসম্বন্ধ কোনও দিক দিয়াই এই ব্যবস্থা মানিয়া লওয়া যাইতে পারে না। কাজেই স্বামীর দিক দিয়া বিবেচনা করিলে দেখা যায় যে এমন উপায় আমাদিগকে অবলম্বন করিতে হইবে, যাহাতে অনভিপ্রেত সন্তান জন্মের বিপদ এড়াইয়াও পুরুষ স্বীয় বিবাহিতা স্ত্রী দ্বারা নিজের কামনার তৃপ্তি সাধন করিতে পারে। এই উপায়ই জন্মনিয়ন্ত্রণ।

এখন প্রায় সর্ববাদিসম্মতভাবে স্থিরীকৃত হইয়াছে যে, স্ত্রীলোকের কোনও কোনও ক্ষেত্রে নানা কারণবশত কামের জড়তা ও শীতলতা থাকিলেও সুস্থ, সবলকায়া, স্বাভাবিক অবস্থাপন্না নারীদের বাসনা পুরুষদের মতই সুতীব্র। তাই স্ত্রীর দিক দিয়া বিবেচনা করিলেও বলিতে হইবে যে, অনভিপ্রেত সন্তান জন্মের ভয়মুক্ত করিয়া তাহাকেও নিশ্চিন্তভাবে তাহার ন্যায্য অধিকার যৌনানন্দ লাভ করিবার সুযোগ দিতে হইবে। জন্মনিয়ন্ত্রণেই ইহা সম্ভবপর হয়।

মানসিক শান্তি

ঘন ঘন সন্তান প্রসবের কুফল মাতাপিতার মনের উপর যেরূপ হয়, তাহা মাতার দৈহিক কষ্ট ও স্বাস্থ্যহানি অপেক্ষা কোনও অংশে কম নহে। প্রত্যেক দম্পতির বিবাহিত জীবনের প্রথম ভাগ স্বপ্নময়, আনন্দপূর্ণ হইয়া থাকে। প্রথম দুই এক সন্তানের জন্মও তাহাদিগকে আনন্দই দিয়া থাকে। মাতৃত্বের তীব্র আকাঙ্ক্ষা মাতার দৈহিক কষ্টকে ছাপাইয়া উঠে। কিন্তু এই ভাব অধিক দিন স্থায়ী হয় না। নিজের ভগ্নস্বাস্থ্যের ও অর্থকষ্টের উপর নূতন গর্ভের উৎপীড়ন, প্রসবকালীন মারাত্মক বিপদের কল্পনা, নবাগত সন্তানের লালন-পালনের দায়িত্ব ইত্যাদি দুশ্চিন্তা তাহার সুখের সকল কল্পনাকে ধূলিসাৎ করিয়া দেয়। নৈরাশ্য ও উপায়হীনতার অনুভূতি তাহার সমস্ত উৎসাহ উদ্যম নষ্ট করিয়া দেয়।

গর্ভ-ভয় যে প্রায় সকল দম্পতিকেই ভাবাইয়া তুলে এবং স্ত্রী এই হেতু প্রত্যেক মিলনেই গর্ভাশঙ্কায় সঙ্কুচিতা হইয়া পড়ে ও পরিপূর্ণ আনন্দলাভ করিতে সমর্থ হয় না, তাহার উদাহরণ বিখ্যাত লেখক ওয়েল্‌স্ (H. G. Wells) তাঁহার আত্মবিবরণীতে দিয়া.ছন। তাঁহার নিজেরই পিতামাতার প্রসঙ্গে তিনি বলিয়াছিলেন যে, জন্মনিয়ন্ত্রণের আধুনিক পন্থা জানা না থাকায় তাঁহার পিতা ভিন্ন বিছানায় বা বারান্দায় থাকিয়াই বোধ হয় আত্মসংযম পালন করিতেন। তাঁহার মাতা নিজের ডায়েরীতে নাকি ঋতুস্রাব হওয়ার পূর্ব পর্যন্ত 'শঙ্কিতা', 'উদ্বিগ্না' থাকিতেন বলিয়া লিখিতেন, আবার উহা হইলেই 'ভগবানের প্রতি শত ধন্যবাদ—আশ্বস্তা হইলাম' বলিয়া উল্লাসবোধ করিতেন।

ওয়েল্‌সকে এই পারিবারিক গুপ্ত তথ্য প্রকাশ করিবার মতো সৎসাহসের জন্য ধন্যবাদ দিতে হয়। কত কোটি কোটি নরনারীই না এইরূপ উদ্বেগ, নৈরাজ্য ও আশঙ্কা লইয়া জীবনযাপন করিতেছে! এই নৈরাশ্য ও উপায়হীনতা প্রসূতির অজ্ঞাতে ভ্রূণের উপর তাহার একটা ঘৃণা ও বিদ্বেষের ভাব সৃষ্টি করিয়া দেয়। ইহার পরিণামে সন্তানের প্রতি মাতা পিতাব স্নেহের স্বাভাবিক পরিমাণ বজায় থাকিতে পারে না। শারীরিক ও মানসিক পীড়া, আর্থিক দূরবস্থা প্রভৃতি মানুষের স্নেহ-মমতা হ্রাস করে। তদুপরি এরূপ ক্ষেত্রে এই অনভিপ্রেত সন্তানের জন্য মনে মনে স্বামী স্ত্রীকে এবং স্ত্রী স্বামীকে দোষী সাব্যস্ত করিয়া থাকে। ফলে উভয়ের মধ্যে একটা দ্বেষ ও ঘৃণা না হউক, অন্তত ঔদাসীন্য ও বিরক্তির ভাব জন্মে। পরিণামে ইহাই দাম্পত্য কলহে রূপান্তরিত হইয়া থাকে। তাই দাম্পত্য প্রেম ও মানসিক শান্তি বজায় রাখিতে হইলে অনাকাঙ্ক্ষিত গর্ভ নিবারণ করা নিতান্ত দরকার।

কোনও কোনও রোগগ্রস্তদের জন্য একান্ত আবশ্যক

আবার কয়েকটি রোগ থাকিলে নরনারীর ইচ্ছা-সত্ত্বেও সন্তানের জন্মদান করা উচিত নয়। হৃদযন্ত্র বা বৃক্কের (কিডনীর) গুরুতর পীড়া, যক্ষ্মা, বহুমূত্র, অন্তঃস্রাবী গ্রন্থির বৈকল্য, পাগলামির ছিট, জড়বুদ্ধি, বংশগত মূক বধিরত্ব, বংশগত পক্ষাঘাত, গলগণ্ড, মৃগী, হাঁপানি ইত্যাদি থাকিলে স্ত্রীলোকের পক্ষে গর্ভধারণ না করাই উচিত। ইহাদের মধ্যে অনেকগুলি বংশপরম্পরায় সন্তানে বর্তে। এই সকল ক্ষেত্রে সন্তানধারণে ভাবী বংশধরের উপর অন্যায় করা হয়।

সকাল সকাল বিবাহ করিবার সম্ভাব্যতা

যাহারা অল্প আয়ের জন্য এখন বিবাহ করিতেছে না তাহারাও জন্মনিয়ন্ত্রণে পরিপক্ক হইলে যথাসময়ে বিবাহ করিতে ভয় পাইবে না। সুতরাং সমাজে বর্তমান সময় অপেক্ষা ব্যভিচার, গণিকাবৃত্তি, রতিজ রোগ, গর্ভপাত ও ভ্রূণহত্যা অনেক কম হইবে এবং বিবাহিত জীবনে সুখ, স্বাচ্ছন্দ্য ও প্রেম বৃদ্ধি পাইবে। প্রথম যৌবনে বিবাহ হওয়াতে, অবাঞ্ছিত গর্ভের আশঙ্কা দূর হওয়ায় ও আর্থিক সচ্ছলতা থাকায় দম্পতির

প্রণয় মধুর ও গভীর হইবে। পূর্বোক্ত মদ্যপান, অপরাধ, মোকদ্দমায় অর্থনাশ ইত্যাদি হ্রাস পাইবে।

শিশু মৃত্যু-হ্রাস ও শিশুমঙ্গল

জন্মনিয়ন্ত্রণের সুফলে শিশুমৃত্যু কম হইবে। দেখা গিয়াছে যে, সন্তানদের জন্ম-সময়ের দূরত্ব ও শিশুমৃত্যু হারের মধ্যে অনেকটা সম্বন্ধ আছে। R. N. Woodbury তাঁহার 'Causal Factors in Infant Mortality' (U. S. Deptt. of Labour, 1925) পুস্তকে দেখাইয়াছেন যে, তাঁহার অনুসন্ধানক্ষেত্রে পর পর গর্ভের ব্যবধান তিন, দুই ও এক বৎসর থাকায় শিশুমৃত্যুর হার গড়ে প্রতি সহস্রে যথাক্রমে ৮৬'৫, ৯৮'৬ ও ১৪৬'৭ হইয়াছিল। সন্তানদিগের বয়সের ব্যবধান অন্তত তিন বৎসর হওয়া উচিত।

মাতাপিতা নিজ আয় অনুযায়ী জন্মদান করায় কম সন্তানের খাওয়া-পরা, শিক্ষা, চিকিৎসা প্রভৃতির জন্য বেশী খরচ করিতে পারিবে। সুতরাং দেশে সুস্থ, সবল ও শিক্ষিত লোক বাড়িবে।

ব্যক্তির দিক হইতে জন্মনিয়ন্ত্রণের আবশ্যকতা যতটা আছে, রাষ্ট্র ও সমাজের দিক হইতে উহার আবশ্যকতা তদপেক্ষা বিন্দুমাত্র কম নহে। এই দিক দিয়া বিবেচনা করিলে আমরা দেখিতে পাই যে, নাগরিকের জন্ম-মৃত্যুর হারের উপর রাষ্ট্রের কল্যাণ-অকল্যাণ অনেকখানি নির্ভর করিতেছে।

স্থূলদৃষ্টিতে দেখিতে গেলে মনে হওয়া স্বাভাবিক যে, অধিকসংখ্যক সন্তান জন্মগ্রহণ করিলে অধিকসংখ্যক লোক মারা গেলেও মোটের উপর জাতির তাহাতে বিশেষ লোকসান হয় না। কিন্তু প্রকৃত কথা তাহা নহে। অধিক মৃত্যুর হার যে কেবল মাতা-পিতার ও আত্মীয়-স্বজনেরই মনঃপীড়ার কারণ তাহা নহে। মৃত্যুর হারের আধিক্যের অর্থই এই যে, দেশে রোগ, শোক, অশান্তি ও দারিদ্র্য অত্যন্ত বেশী। এই সমস্ত শিশুর জন্মদানে ও প্রতিপালনে মাতাপিতার, বিশেষ করিয়া মাতার যে শক্তিক্ষয় ও পিতার যে অর্থ ব্যয় হইয়াছে, উহা বস্তুতই জাতীয় ক্ষতি। তাহা ছাড়া ঐ সমস্ত মৃত ব্যক্তি মৃত্যুর প্রাক্কালে আত্মীয়-স্বজনের বহু অর্থ ও শক্তি ক্ষয় করিয়া গিয়াছে। এ সমস্তই জাতীয় ক্ষতি।

রুগ্নের সংখ্যা হ্রাস

ইহা ছাড়া আরও একটি গুরুতর বিবেচ্য বিষয় আছে। মৃত্যুর হারের উচ্চতার আর এক অর্থ এই যে, মৃত ব্যক্তিদের ছাড়া আরও অনেক রোগী কোন প্রকারে বাঁচিয়া গিয়াছে। এই সমস্ত মৃতপ্রায় রুগ্ন লোকগুলি রাষ্ট্র ও জাতির পক্ষে স্বাস্থ্যহীন অকর্মণ্য পোষ্যমাত্র। এই রুগ্ন অকর্মণ্য লোকের সংখ্যা প্রতি বৎসর বৃদ্ধি পাইতে পাইতে জাতি কালক্রমে নির্বীর্য রোগীর জাতিতে পরিণত হইতে পারে।

সামাজিক কৃষ্টিবৃদ্ধি

দেখা যায় যে, সর্বাপেক্ষা দরিদ্র শ্রেণীর মধ্যেই জন্মের হার বেশী। ইহার কোনও বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা দেওয়া না গেলেও আদম-শুমারীর প্রদর্শিত হিসাব তাহাই। দরিদ্রের সন্তানগণ সাধারণত শিক্ষার অভাবে কৃষ্টির আলোকপ্রাপ্ত হয় না। ফলে উহাদের সন্তানবৃদ্ধির অর্থ জাতির অনুন্নত অংশের বৃদ্ধি। সুতরাং কৃষ্টির দিক দিয়া দেখিতে গেলেও জন্মনিয়ন্ত্রণ আবশ্যক।

দারিদ্র্য নিবারণ

সমাজ ও জাতির দিক দিয়া দেখিতে গেলে আর্থিক সচ্ছলতার জন্য জন্মনিয়ন্ত্রণের প্রয়োজনীয়তাও নিতান্ত উপেক্ষণীয় নহে। ইংলণ্ডের প্রসিদ্ধ অর্থনীতিবিদ্ টমাস ম্যালথাস (১৭৬৬—১৮৩৪ খ্রীঃ) খুব জোরের সহিত এই মতবাদ প্রচার করিয়াছেন যে, মানুষের খোরাক সরবরাহ বৃদ্ধির অনুপাতে তাহাদের জন্মের হার এত অধিক যে, এই হারে জন্মসংখ্যা বৃদ্ধি পাইলে অদূর ভবিষ্যতে মানুষ খোরাকের অভাবেই মারা যাইবে। ম্যালথাসের মতবাদের বিরুদ্ধবাদীরা জ্ঞান-বিজ্ঞানের বিস্তার, মানুষের নূতন নূতন প্রণালীতে খাদ্য উৎপাদন বৃদ্ধির ক্ষমতার দোহাই পাড়িতেন।

কিন্তু বিজ্ঞানোন্নত আধুনিক জগতেও জন্মবৃদ্ধি হারের ভয়াবহতা অতিশয় প্রকট হইয়া উঠিয়াছে। আমার 'জন্মনিয়ন্ত্রণ' বইখানির সর্বশেষ সংস্করণের প্রথম অধ্যায়েই এই মারাত্মক ভয়াবহতার বিশ্লেষণ করিয়াছি।

বৃদ্ধির হারের কথা ভাবুন

৩০০ বৎসর আগে ছিল	১০০ বৎসর আগে	৫০ বৎসর আগে
৫০ কোটি	১৩০ কোটি	১৮০ কোটি
২০০০ সালে হইবে	২০১৮ সালে	২০৬৮ সালে
৭০০ কোটি	১০০০ কোটি	২০০০ কোটি

আগে হাজার বৎসরে বাড়িত ২% ; এখন প্রতি বৎসরে বাড়ে ঐ হারে ! অর্থাৎ ১০০০ গুণ বৃদ্ধি !!

ভারতের কথা ভাবুন

এখানে সারা আফ্রিকার লোকের চাইতে বেশী লোক।

— „ সাবা উত্তর ও দক্ষিণ আমেরিকার লোকের চাইতে বেশী লোক।

— „ প্রায় সারা ইউরোপের লোকের মতো লোক।

— „ সারা রাশিয়া ও আমেরিকার লোকের চাইতে বেশী লোক।

১৯৫১ সালে লোকসংখ্যা ছিল ৩৬·১ কোটি, ১৯৬১-তে দাঁড়াইল ৪৩·৯ কোটিতে ও ১৯৭১-এ হইয়াছে প্রায় ৫৫ কোটি।

ছোট বাংলাদেশেই এখন ৮ কোটির বেশী লোক বাস করে।

বিংশ শতাব্দীতে জন্মনিয়ন্ত্রণের প্রচার ও প্রসার সত্ত্বেও জনসংখ্যাবৃদ্ধির দ্রুত গতি রোধ করা যাইতেছে না। জন্মনিয়ন্ত্রণ নারী-পুরুষের ইচ্ছার উপর ছাড়িয়া দিলে কিছু কালের মধ্যেই এমন অবস্থা হইয়া দাঁড়াইতে বাধ্য যাহাতে মানুষের থাকিবার, চলিবার জায়গার হইবে দারুণ অভাব, আর স্বচ্ছন্দে খাইবার, কাজ করিবার ও দেহমনের বিকাশের হইবে বিষম বাধা।

মোট কথা, আমাদের মতে

(১) জন্মনিয়ন্ত্রণের বিপুল ও ব্যাপক প্রচার ও প্রসারের ব্যবস্থা চালাইয়া যাইতে হইবে। সব দেশেরই সরকারকে এ জন্য যুদ্ধকালীন তৎপরতা দেখাইতে হইবে।

অজ্ঞাত, কুসংস্কার, ধর্মীয় গোঁড়ামি (বিশেষ করিয়া রোমান ক্যাথলিক ও মুসলমান মোল্লাদের মধ্যে) অবহেলা, কুড়েমি ইত্যাদি কারণে শুধু উপরোক্ত ব্যবস্থাও যথেষ্ট হইবে না।

(২) গর্ভপাত করা বা না করা সমস্ত ভাবী মায়ের ইচ্ছার উপর ছাড়িয়া দিতে হইবে। এমনকি ইচ্ছুক নারীকে বিনা খরচায়, গোপনে গর্ভপাত করিবার সুবিধা সরকারের দিতে হইবে।

সারা বিজ্ঞান-জগৎকে অনুসন্ধান করিয়া এমন নির্দোষ ও অব্যর্থ ঔষধ বাহির করিতে হইবে যাহা খাইয়া মেয়েরা জোলাপের মত গর্ভপাত ঘটাইতে পারে।

(৩) অস্ত্রোপচারে বন্ধ্যাকরণই জন্মনিরোধের সবচেয়ে নিরাপদ ও নিশ্চিত উপায়।

দুই সন্তানের পরেই পুরুষ ও/বা নারীকে নিজেকে বন্ধ্যাকরণে উৎসাহিত করিতে হইবে ও সরকারী হাসপাতালসমূহে স্বচ্ছন্দে, গোপনে ও বিনা খরচায়, এমনকি পুরস্কার দিয়া, ওপথ অবলম্বন করিবার সুবিধা দিতে হইবে।

(৪) শুধু তাই ই নয়, আরও অগ্রসর হইয়া আইন করিতে হইবে যে, কোনও নারী, তা তিনি যত বড় লোকেরই স্ত্রী বা কন্যা হউন না কেন, দু'সন্তান জন্ম দিবার পর আর জন্ম দিতে পারিবেন না। অবহেলার ফলে তৃতীয় গর্ভ হওয়া মাত্র গর্ভপাত করিবার জন্য সরকারের কাছে ওঁকে আবেদন করিতে হইবে। সরকার গর্ভপাত করাইয়া ঐ নারীকে রেহাই দিবেন। গোপন করিলে, প্রকাশ পাওয়া মাত্র উঁহাকে জেলে পুরিয়া গর্ভপাত ঘটাইয়া চিরতরে বন্ধ্যা করিয়া দিতে হইবে। গর্ভপাতের অসুবিধা থাকিলে সন্তান উহাকে দিয়াও বন্ধ্যা করিয়া অপরাধের জন্য যথেষ্ট কাল কারাবদ্ধ রাখিতে হইবে।

এসব যতই অপ্রীতিকর হউক না কেন, না করিলে মানবজাতির ধ্বংস অনিবার্য। বৃহত্তর অমঙ্গলের হাত হইতে সবাইকে বাঁচাইবার জন্য ঐ রকম কঠোর সামাজিক ব্যবস্থা গ্রহণ করিতেই হইবে।

বাংলাদেশে বেশী দরকার

আগেই বলিয়াছি, বাংলাদেশের মত ছোট্ট জায়গায় ৮ কোটিরও বেশী লোকের বাস। শুধু এ সংখ্যায়ও ব্যাপারটা দাঁড়াইয়া থাকিলে বিশেষ চিন্তার কারণ থাকিত না। বিজ্ঞান-সম্মত উপায়ে চাষবাসের উন্নতি সাধন করিয়া কোনও মতে তনু রক্ষা করিয়া থাকা যাইত।

কিন্তু এখানে মারাত্মক রূপ নিয়াছে সংখ্যা বৃদ্ধি। প্রতিদিনে দশ হাজার বাঙালি শিশু জন্ম গ্রহণ করিতেছে; প্রতি সপ্তাহে **সত্তর হাজার**; প্রতি মাসে তিন লাখ। ভাবুন ত কি দিশা হইবে ২, ৪, ১০ বৎসরে? সরকার ও জনসমাজ সচেতন না হইলে দারুণ বিপর্যয় অনিবার্য।

কর্তব্য সম্বন্ধে আমার মন দ্বিধাহীন! লোকবৃদ্ধিকে **কঠোরভাবে** রুখিতে হইবে। লোকজনের হাতে ছাড়িয়া বা অনুরোধ আপিল করিয়া কিছুই করা যাইবে না। দরকার উপরোক্ত ব্যবস্থাসমূহের কঠোর প্রয়োগ।

সুখের বিষয়, বাংলাদেশ সরকার ব্যাপক কর্মসূচী গ্রহণ করিয়া লোকসংখ্যা বৃদ্ধি রোধ করিতে তুমুল চেষ্টা করিতেছেন।

নীতিসম্মত আচরণ

অবশেষে নীতির দিক দিয়াও আমাদের জন্মদান ক্রিয়া নিয়ন্ত্রিত হওয়া প্রয়োজন। সিফিলিস, যক্ষ্মা ও কুষ্ঠ রোগীদের রোগমুক্ত না হওয়া পর্যন্ত সন্তান জন্মদান করা উচিত নয়। নিরপরাধ সন্তানকে অভিশপ্ত রোগীরূপে পৃথিবীতে আনিবার বা জন্মের

পরেই সংক্রামক রোগের কবলে ফেলিবার অধিকার কাহারও নাই। নিষ্পাপ সন্তান এমন কোন অন্যায় করে নাই যাহার জন্য তাহাকে তাহার মাতাপিতার লালসা, অজ্ঞতা ও অবিবেচনার প্রায়শ্চিত্ত করিতে হইবে। সুতরাং যাহারা বিচার না করিয়া পৃথিবীতে দুঃখী, রোগী ও অভাবগ্রস্তের সংখ্যা বৃদ্ধি করিতেছে তাহারা যে শুধু জাতি ও রাষ্ট্রের বিরুদ্ধে অন্যায় করিতেছে তাহা নহে, তাহারা মানবতার শত্রুতা সাধন করিতেছে।

বিরুদ্ধ মতবাদ

জন্মনিয়ন্ত্রণের পক্ষে যেরূপ দৃঢ় মত দেখিতে পাওয়া যায়, ইহার বিরুদ্ধ মতসমূহও কম দৃঢ় নহে। যাঁহারা জন্মনিয়ন্ত্রণের বিরুদ্ধতা করিয়া থাকেন, তাঁহাদের যুক্তি মোটামুটি এইরূপঃ ইহা স্বভাববিরুদ্ধ ; ইহার প্রসারে যৌনপাপ বৃদ্ধির সম্ভাবনা আছে ; ইহাতে ক্রমে পৃথিবীর লোকসংখ্যা হ্রাস হইবে ; জন্মনিয়ন্ত্রণের চেষ্টায় পুরুষ ও নারীর স্বাস্থ্য-হানি ও বন্ধ্যা হইয়া যাইবার সম্ভাবনা আছে ইত্যাদি।

দীর্ঘবিরতি বা চিরকৌমার্যও অস্বাভাবিক

অস্বাভাবিকতার কথাই প্রথম ধরা যাউক : জন্মনিয়ন্ত্রণ অস্বাভাবিক কেন ? পুরুষের মিলনের হার প্রকৃতি নিশ্চয়ই বাঁধিয়া দেয় নাই ; সুতরাং একজন যদি পাঁচ বৎসরে একবার মাত্র স্ত্রীসঙ্গম করে, কিংবা একেবারেই না করে, তবে তাহাকে জিতেন্দ্রিয় ব্রহ্মচারী সাধুবাবাজী বলিয়া ভক্তি করিবার লোকের অভাব হইবে না। ঐ ব্রহ্মচারী বাবাজী যে অন্তত পাঁচটি সন্তানের বাবা হইতে পারিতেন এবং তাহা যে তিনি হইলেন না, সেজন্য কেহ তাঁহাকে অস্বাভাবিক কার্য করার অপরাধে দোষী সাব্যস্ত করিতেছে না। অথচ যে পিতামাতা নিজেদের ও ভাবী শিশুর স্বাস্থ্য এবং আর্থিক সঙ্গতির দিকে লক্ষ্য রাখিয়া মাত্র কয়েকটির বেশী সন্তান উৎপাদন করিল না, তাহাদের কার্যকে স্বভাববিরুদ্ধ বলিবার হেতু ঠিক বুঝা যাইতেছে না। যদি বলা হয় যে, একেবারে সহবাস না করা অস্বাভাবিক নয়, কিন্তু সহবাস করিয়াও কোনও উপায়ে ইহা করিয়া গর্ভনিবারণ করা অস্বাভাবিক, তবে তদুত্তরে আমাদের জিজ্ঞাস্য এই যে, প্রত্যেক মিলনেই কি সন্তানের জন্মলাভ করা স্বাভাবিক ? বহুবার মিলনের ফলে অকস্মাৎ একদিন গর্ভাধান হয়। তবে পার্থক্য এই যে, কোন্ বারের ফলে যে গর্ভ হইল আর কোন্ বারে হইল না, ইহা আমরা বুঝিতে পারি না। জন্মনিয়ন্ত্রণের সুষ্ঠু উপায় অবলম্বনে আমরা এই অনিশ্চিত অবস্থা ও দৈবের উপর কর্তৃত্ব লাভ করিতে পারি।

সভ্যতার প্রায় সারা উপাদানই "অস্বাভাবিক"

মানুষের কল্যাণের জন্য আমরা বুদ্ধিবৃত্তি খাটাইয়া অনেক কিছু করিয়াছি যাহা অন্য কোনও প্রাণীর মধ্যে দৃষ্টিগোচর হয় না। উদাহরণস্বরূপ আমাদের ঘরবাড়ি, রাঁধা-খাবার, কাপড়-চোপড়, গাড়ি-ঘোড়া, দাড়ি কামানো, চশমা পরা, কৃত্রিম দাঁত, টীকা

লওয়া, কৃত্রিম আলো, জলের কল, টেলিফোন, চা-বিস্কুট প্রভৃতি সভ্যতাসৃষ্ট সমস্ত জিনিসের নাম করা যাইতে পারে। আমরা যে আজ হাওয়াই জাহাজে চড়িয়া উড়িয়া বেড়াইতেছি ইহা কি অস্বাভাবিক নয়? আমাদের উড়িয়া বেড়ানো যদি প্রকৃতির অভিপ্রায় হইত, তবে প্রকৃতি কি আমাদের দুইটি ডানা দিতে পারিত না? ফল কথা, জন্মনিয়ন্ত্রণের বিরুদ্ধে যে অস্বাভাবিকতার দোষ দেওয়া হয়, উহা সত্যই অস্বাভাবিক বলিয়া নহে, পরন্তু উহা অভিনব বলিয়া। যুগে যুগে প্রত্যেক নূতন আবিষ্কার ও অভিনব মতবাদকে প্রাচীন পন্থীরা অস্বাভাবিক ও প্রকৃতি-বিরুদ্ধ বলিয়া অমন নিন্দা করিয়া আসিতেছে। অমন যে বর্বর দাসত্বপ্রথা তাহাকেও স্বাভাবিক ও ঈশ্বরের অভিপ্রেত বলিয়া উহার সংস্কার-প্রচেষ্টার বিরুদ্ধতা করা হইয়াছিল। টিকা লওয়া ও রেলগাড়ি প্রথম প্রচলনের সময়েও ঐগুলি অস্বাভাবিক ও ধর্মবিরুদ্ধ বলিয়া আপত্তি উঠিয়াছিল।

দম্পতির দীর্ঘ ব্রহ্মচর্য অস্বাভাবিক, অসম্ভব ও অনিষ্টকর

মহাত্মা গান্ধী প্রমুখ কেহ কেহ বলেন যে, দারিদ্র্য অথবা মাতার অস্বাস্থ্যের জন্য অথবা শিশুর অযত্ন ও মৃত্যুর জন্য ৩/৪ বৎসর পর পর সন্তানের জন্ম দিতে হইলে কৃত্রিম উপায়সমূহ ব্যবহার করা অনুচিত। তাহার পরিবর্তে, যখন সন্তান চাই শুধু তখনই সঙ্গম করিবে, অন্য সময়ে ব্রহ্মচর্য অবলম্বন করিবে। ইঁহারা নিজেদের যৌবনের কথা ভুলিয়া গিয়া যাহা নিজেরা করিতে পারেন নাই, অপরদের সেই উপদেশ দেন। ইঁহারা ভুলিয়া যান যে, দম্পতির পক্ষে একত্রবাসকালীন একাদিক্রমে কয়েক বৎসর রতিবিরতি অসম্ভব ও অস্বাভাবিক। ইঁহারা জানেন না যে, আধুনিক চিকিৎসকদের মতে উহা উভয়েরই স্বাস্থ্য, শান্তি ও কর্মক্ষমতার বিশেষ ক্ষতিকর। ইহারা ভুলিয়া যান যে, বৎসরে ২/৩ দিন মাত্রও স্ত্রীগমন করিলে বহু সন্তান জন্মগ্রহণ করিতে পারে।

সৃষ্টির বীজ ধ্বংসের অভিযোগ

যদি বলা হয় যে, আমরা জন্মনিয়ন্ত্রণ করিয়া শুক্রকীট ধ্বংসের দ্বারা প্রকৃতির স্বাভাবিক সৃষ্টিক্ষমতা হ্রাস করিয়া ফেলিব, তদুত্তরে ইহা বলা যাইতে পারে যে, প্রকৃতিই কি প্রত্যহ বহু জীবাণু ধ্বংস করিতেছে না? বৃক্ষলতার ফুল, মুকুল ও ফল হইতে আরম্ভ করিয়া মৎস্যাদি কীটপতঙ্গের প্রতি দৃষ্টিপাত করিলে আমরা দেখিতে পাই প্রকৃতি মোটেই মিতব্যয়ী নহে। অনেক বারের সহবাসেই সন্তান জন্মে না, অথচ প্রত্যেক-বারে কোটি-কোটি শুক্রকীট নির্গত হয়, যদিও সন্তান জন্মের জন্য একটিমাত্র শুক্রকীটই যথেষ্ট। শুধু শুক্রকীট বা জীবাণু সম্বন্ধেই যে প্রকৃতি অমিতব্যয়ী তাহা নহে; প্রাণী-জগৎ সম্বন্ধেও তথৈবচ।

কলেরা, বসন্ত, ম্যালেরিয়া প্রভৃতি মহামারী এবং দুর্ভিক্ষ, ভূমিকম্প, বন্যা প্রভৃতি প্রাকৃতিক উৎপাতে প্রতি বৎসর লক্ষ লক্ষ মানুষ ও অন্যান্য প্রাণী ধ্বংস হইতেছে। এতদ্ব্যতীত স্বাস্থ্য ও নিরাপত্তার জন্য আমরা বহু মশা, মাছি, পিপীলিকা প্রভৃতি ধ্বংস করিতেছি।

যৌনপাপ বৃদ্ধির অভিযোগ

জন্মনিয়ন্ত্রণের বিরুদ্ধে বলা হয় যে, ইহার দ্বারা যৌনপাপ বৃদ্ধি হইবে। নারীপুরুষ এখন ব্যভিচারে বিরত থাকে লোকলজ্জা, অপযশ ও শাস্তির ভয়ে। তাহারা জানে, অবৈধ মিলনের ফলে গর্ভ হইতে পারে, কাজেই যে সমস্ত নারীর বিবাহ হয় নাই বা যাহাদের স্বামী নিকটে নাই সেই সমস্ত নারীরা ব্যভিচার করিতে সাহস পায় না। এই যুক্তি সম্বন্ধে আমাদের বক্তব্য এই যে, যদিও জন্মশাসনের উপায়সমূহ প্রচারের ফলে অবৈধ মিলন বৃদ্ধির আশংকা আছে, তথাপি তাহাদের সম্বন্ধে জ্ঞানের অভাবে যেসব অনিষ্ট হয় এবং তাহাদের প্রচারে যেসব উপরোক্ত ব্যক্তিগত ও সামাজিক উপকারের সম্ভাবনা আছে সেগুলি বিবেচনা করিলে **লোকসান হইতে লাভ অনেক বেশী।** প্রবৃত্তির তাড়নায় অবৈধ প্রণয়ঘটিত গর্ভ হইলে সাধারণত ভ্রূণহত্যার দ্বারা লজ্জা এড়াইবার চেষ্টা করা হয়। উহা অপেক্ষা গর্ভনিরোধ করা অবশ্যই ভাল।

আর শুধু গর্ভ ভয়েই অবৈধ সংসর্গ হইতে কিছু সংখ্যক লোক বিরত থাকিলেও যৌননিষ্ঠার প্রকৃত মূল্য ঐরূপ বিরতিতে নয়। তাহা হইলে বিবাহিতা নারী স্বামী নিকটে থাকিলে অহরহ ঐরূপ ব্যভিচার করিয়াই চলিত।

সম্ভোগের আধিক্য

তাঁহারা আরও বলেন, সন্তানবৃদ্ধির আশংকাতেই স্বামীর স্ত্রীর উপর বেশী মাত্রায় অত্যাচার করিতে পারে না। যদি সন্তান জন্ম সম্বন্ধে নিশ্চিত হইতে পারে তবে স্বামীরা তাহাদের লালসা তৃপ্তির জন্য স্ত্রীর উপর অত্যাচার করিয়া তাহার জীবন দুর্বিসহ করিয়া তুলিবে।

এই সকল যুক্তিদাতারা ধরিয়া লইয়াছেন যে, সহবাস কেবল পুরুষেরই দৈহিক প্রয়োজন, নারীর উহাতে কোন প্রয়োজন নাই। তাঁহাদের ধারণা বোধহয় এই যে, পুরুষ কামুক, নারীর কাম নাই, যৌনক্রিয়ার সমস্ত আনন্দটুকু একাই ভোগ করে, নারী অত্যন্ত অনিচ্ছাসত্ত্বে কেবল পুরুষের মন রাখিবার জন্য অতিশয় কষ্টস্বীকারপূর্বক কোনও প্রকারে ধৈর্য ধরিয়া পড়িয়া থাকে মাত্র। কিন্তু বস্তুত কি তাহাই? মিলন নারীপুরুষ উভয়েরই তীব্র দৈহিক প্রয়োজন; উভয়ে উহাতে সমান আনন্দ লাভ করিয়া থাকে। তবে যাহারা **স্ত্রীর বাসনা জাগ্রত না করিয়াই** সম্ভোগ করিতে চাহে, তাহারা প্রকৃত **বলাৎকার** করিয়া থাকে। সেই প্রকৃতি যাহাদের আছে, তাহারা জন্মনিয়ন্ত্রণের কোনও সংবাদ না জানিয়াও স্ত্রীকে ধর্ষণ করিয়া থাকে। যখন একবারের সহবাসেই গর্ভ সঞ্চার হইতে পারে তখন বারে বারে সহবাস কমাইয়া জন্মনিয়ন্ত্রণ করিতে পারা যায় এ কথার কোনও অর্থ হয় না। সন্তানজন্মের আশংকা দূরে হইলে হয়ত কোনও দম্পতি এখনকার অপেক্ষা সঙ্গমের পরিমাণ বাড়াইয়া ফেলিতে পারে; যদি তাহা করে তবে তাহাকে আতিশয্য বলা যাইতে পারে। সম্ভোগের পরিমাণ কতটা ক্ষতিকর ও কতটা নহে সে সম্পর্কে পরে আলোচনা করা হইতেছে।

লোকসংখ্যা হ্রাসের আশঙ্কা

জন্মনিয়ন্ত্রণের বিরুদ্ধে একটি আপত্তি এই যে, উহা দ্বারা পৃথিবীর লোকসংখ্যা হ্রাসপ্রাপ্ত হইবে এবং পরিণামে পৃথিবী লোকশূন্য হইবে। এই আপত্তি যাঁহারা করিয়া থাকেন, তাঁহারা জন্মনিয়ন্ত্রণ অর্থে গর্ভ নিরোধ বুঝিয়া থাকেন। কেহ কেহ বলেন যে, গর্ভধারণে নারীজাতিকে যে দারুণ কষ্ট সহ্য করিতে হয়, তাহাতে যদি তাহারা একবার গর্ভনিবারণের উপায়ের সন্ধান পায়, তবে আর কোনও দিন গর্ভধারণে সম্মত হইবে না।

যাঁহারা এই ধারণা পোষণ করেন তাঁহারা নারীর মাতৃত্ব বাসনার তীব্রতার সন্ধান রাখেন না। জরায়ু সংক্রান্ত চিকিৎসা করিয়া ডাক্তার যখন নারীকে বলিয়া থাকেন যে, তাঁহার শরীরে আর কোনও ত্রুটি নাই, মিলনেও আর কোনও অসুবিধা হইবে না, তবে তাঁহার গর্ভে আর সন্তান হইবে না, তখন সেই নারীর মুখের আকৃতি যে দেখিয়াছে, সে-ই জানে নারীর মাতৃত্বের বাসনা কত তীব্র। বন্ধ্যা স্ত্রীলোকের সন্তানলাভের আশায় শিবমন্দির দর্শন হইতে আরম্ভ করিয়া তাবিচ-কবচ ব্যবহারে আগ্রহের তীব্রতা যাহারা দেখিয়াছে, তাহারাই জানে নারীকে সন্তান প্রজননের স্বাধীনতা দিলে তাহারা মোটেই গর্ভ-ধারণ করিবে কি না! নারী-পুরুষ জন্মনিয়ন্ত্রণ করিবে পিতৃমাতৃত্বের দায়িত্ব এড়াইবার জন্য নহে, পরন্তু ঐ দায়িত্ব সম্যকভাবে প্রতিপালনের জন্য। **যত জনকে প্রতিপালন ও যত জনের শিক্ষার ব্যবস্থা করিতে পারিবে, মাত্র ততজনকে জন্মদান করাই প্রকৃতপক্ষে পিতৃত্বের দায়িত্ব প্রতিপালন।** প্রতিপালন করিবার ক্ষমতা না থাকা সত্ত্বেও জন্মদান করাকে কদাচ পিতৃত্বের দায়িত্ব পালন করা বলা চলে না।

সংগ্রামে সামরিক শক্তি বৃদ্ধিকল্পে কয়েকটি জাতি জন্মনিয়ন্ত্রণের বদলে জন্মের হার বাড়াইতে চেষ্টা করিয়াছিলেন। জার্মানি ও ইতালির এইদিকে আন্দোলন উল্লেখযোগ্য। যুদ্ধক্ষেত্রে প্রত্যহ যে পরিমাণ মানব সন্তান বলিদান করা হয় তাহা বিবেচনা করিলে মনে হয়, তাঁহাদের ঐরূপ না করিয়া উপায় ছিল না।

ঐ সমস্ত দেশে নানারূপ প্রলোভন দিয়া বা নানাভাবে বাধ্য করিয়া যুবক-যুবতীকে বিবাহ দেওয়া হইত—মুখ্যত সন্তানোৎপাদনের জন্য। কারণ, সাম্রাজ্য-বিস্তারে কামানের খোরাকরূপে তাহাদের আরও মানুষের দরকার, উপনিবেশ-বিস্তারের জন্য যুদ্ধক্ষেত্রে প্রাণদানের যোগ্য আরও কোটি কোটি সৈন্যের প্রয়োজন ছিল।

কিন্তু ভাবী সভ্যতা বা ভবিষ্যৎ মানবশিশু এই সকল উদ্যোক্তার নিকট কৃতজ্ঞ হইবে কি? কোন্ মাতা ভবিষ্যতে বলি দিবার জন্য নিজের রক্ত দিয়া সন্তানের জন্ম দিবে, নিজের বুক হইতে ছিনাইয়া লইয়া যাইবার জন্য সন্তান পালন করিবে?

অবশ্য ধর্ম, জাতীয়তা, রাষ্ট্রীয় মর্যাদা ইত্যাদি বড় বড় বুলির জোরে যুদ্ধক্ষেত্রে লোক যোগাইবার জন্য আবেদন করা হইয়া থাকে, কিন্তু যুদ্ধ সকল যুগেই একটি নিদারুণ অভিশাপ। বর্তমান যুগে যদি দুর্ভিক্ষ, কলেরা ও বসন্তের খোরাকরূপে এবং

যুদ্ধক্ষেত্রের বলিরূপে সন্তান যোগাইতে জননীরা অসম্মতি জ্ঞাপন করেন, তবে অন্যায় হইবে না। যুদ্ধে প্রস্তুতি বা আত্মরক্ষার জন্যও শুধু লোকবল বাড়ানো বাতুলতা মাত্র। রাশিয়া, চীন ও ভারতের সঙ্গে পাল্লা দিয়া তুরস্ক, পারস্য, আফগানিস্তান, পাকিস্তান, ব্রহ্মদেশ কত দূর করিতে পারে ? শান্তি বজায় রাখিবার জন্য মানবজাতিকে যুদ্ধ পরিহার করিতেই হইবে। নতুবা ধ্বংস অনিবার্য। মনে রাখিতে হইবে বাংলাদেশ-ভারত কৃষি-প্রধান দেশ, কৃষিকর্মও আমাদের পুরাতন প্রথা অনুযায়ী। এখানে লোকসংখ্যা অধিক। শুধু লোকবলের জন্য চীন ও ভারতের ভাবিবার কিছু নাই। চীনের অনুন্নতি এবং ভারতের অধীনতা লোকবল সত্ত্বেও বহুদিন যাবৎ অব্যাহত ছিল। উন্নতির পন্থা শুধু সংখ্যাবৃদ্ধিতে নয়—গুণের উৎকর্ষে।

স্বাস্থ্যহানি বা বন্ধ্যাত্বের আশঙ্কা

জন্মনিয়ন্ত্রণের বিরুদ্ধে একটি কাল্পনিক যুক্তি এই যে, দীর্ঘদিন জন্ম নিরোধ অভ্যাস করিলে নাকি পুরুষ ও নারী উভয়েই বন্ধ্যা হইয়া যাইতে পারে। এই যুক্তি আপাতদৃষ্টিতে শক্তিশালী এইজন্য যে, ইহা জন্মনিয়ন্ত্রণের খুব গোঁড়া সমর্থককেও ভাবাইয়া তুলিতে পারে। কারণ যদি জন্মনিয়ন্ত্রণে বন্ধ্যাত্বের সম্ভাবনা দেখা যায় তবে উহা সন্তানকামী দম্পতির অনুপযোগী। কিন্তু জন্মনিয়ন্ত্রণের বিরুদ্ধে যাঁহারা বন্ধ্যাত্বের অভিযোগ আরোপ করেন, তাঁহারা দলিল-প্রমাণ ও হিসাবপত্র দ্বারা তাহা প্রমাণ করিতে পারেন নাই। পক্ষান্তরে জন্মনিয়ন্ত্রণের লিখিত বিবরণ ও হিসাব হইতে দেখা গিয়াছে যে, দীর্ঘদিন জন্মনিয়ন্ত্রণের অভ্যাস করিয়াও নারী-পুরুষ কেহ বন্ধ্যা হয় নাই। তবে অনিষ্টকর প্রক্রিয়াগুলির কথা স্বতন্ত্র।

সঙ্গত ও অসঙ্গত উপায়

বন্ধ্যাত্ব সম্বন্ধে আমি বিস্তৃত আলোচনা করিয়াছি আমার 'মাতৃমঙ্গল' পুস্তকে। এই সম্পর্কে এখানে শুধুমাত্র এই বলিলেই চলিবে যে, অসাবধান ও অসঙ্গত উপায়ে জন্মনিয়ন্ত্রণ করিতে যাওয়া অনিষ্টকর হইতে পারে; সঙ্গত উপায়ে উহা অনিষ্টকর নহে। অসঙ্গত উপায়ে খাওয়া পরা, চলাফেরা ইত্যাদিও স্বাস্থ্যহানিকর। হাতুড়ে ফেরিওয়ালা হইতে চশমা কিনিয়া ব্যবহার করিয়া চক্ষু নষ্ট করা বুদ্ধিমানের কাজ নয়। জন্মনিয়ন্ত্রণের বেলায়ও একই কথা খাটে। বহু দম্পতিকে প্রশ্ন করিয়া জানা গিয়াছে, তাহারা জন্মনিয়ন্ত্রণ অর্থে অসুবিধাজনক ব্যর্থ চেষ্টা বলিয়াই বুঝিয়া থাকে। অনেক চেষ্টা করিয়াও সন্তান জন্ম ঠেকাইয়া রাখিতে পারে নাই; সুতরাং তাহাদের মতে এই অসুবিধাজনক প্রক্রিয়া অবলম্বন করিয়া আনন্দের ব্যাঘাত ঘটাইয়া লাভ কি ?

কিন্তু আসল ব্যাপার এই যে, এই সকল দম্পতির মধ্যে অনেকেই পরের কথা শুনিয়া বা খেলো পুঁথি-পুস্তক পড়িয়া যেমন-তেমনভাবে জন্মনিয়ন্ত্রণ করিতে প্রয়াস পাইয়াছে মাত্র; আবার কেহ কেহ সাবধানতা অবলম্বন করিয়াও মাঝে মাঝে অসময় মিলন ও অবহেলার কুফল ভোগ করিয়াছে মাত্র।

আমাদের বক্তব্য এই যে—

(১) জন্মনিয়ন্ত্রণের কৌশল বিভিন্ন এবং বিভিন্ন ক্ষেত্রে উপযুক্ত কৌশলের জ্ঞান ও ব্যবহার অপরিহার্য। তাহা না হইলে পেটেন্ট ঔষধের সর্বজয়ী বিজ্ঞাপনের মত কয়েক পৃষ্ঠাতেই আমাদের বক্তব্য শেষ করিতে পারিতাম।

ইহা ভালমত বুঝাইবার জন্যই স্বতন্ত্র পুস্তক* আমাকে লিখিতে হইয়াছে।

(২) অসঙ্গত উপায় বা অসাবধানভাবে ঠিক প্রক্রিয়া অবলম্বন করিয়াও বিফল-মনোরথ হওয়া কিছুমাত্র বিচিত্র নয়। **সঙ্গতভাবে ও সাবধানতার সহিত জন্মনিয়ন্ত্রণ করিলে বিফল হইবার কোনই কারণ নাই।**

(৩) শুধু বিফলতার কথা নহে, **অসঙ্গত কৌশলে** দম্পতির **স্বাস্থ্যহানিরও** যথেষ্ট কারণ রহিয়াছে। ভ্রান্ত মত ও পথের উল্লেখও আমরা সংক্ষেপে করিতেছি। বৈজ্ঞানিক মত ও পথের মধ্যেও সর্বক্ষেত্রে সকল পন্থা কার্যকরী নহে।

॥ দুই ॥

জন্মনিয়ন্ত্রণের উপযুক্ত ক্ষেত্র ও সময়—সন্তানলাভের আদর্শ সংখ্যা ও বয়স

কোন্ কোন্ ক্ষেত্রে জন্মনিয়ন্ত্রণ অবশ্য কর্তব্য

দম্পতির ইচ্ছা ও রুচি বিভিন্ন ক্ষেত্রে বিভিন্ন হইবেই; উপায় জানা থাকিলে তাহারা যখন যেভাবে খুশি জন্মনিয়ন্ত্রণ করিবে। কিন্তু কতকগুলি ক্ষেত্রে দম্পতির ইচ্ছা থাকিলেই সন্তান জন্মদান না করাই উচিত এবং কোনও কোনও ক্ষেত্রে জন্মনিয়ন্ত্রণ অবশ্য কর্তব্য। যথা—

(১) **দেহ মন সম্পূর্ণ পুষ্টিলাভ করিবার পূর্বে**, অর্থাৎ সাধারণত পাক-ভারত-বাংলাদেশে পিতার ২৫ ও মাতার ২০ বৎসর বয়সের পূর্বে।

সকাল সকাল বিবাহ হইলেও দম্পতি জন্মনিয়ন্ত্রণ প্রক্রিয়ায় অনায়াসে কিছুকাল অপেক্ষা করিয়া সন্তানলাভ করিতে পারে। আমাদের দেশে ষোল বৎসর বয়সের নীচের মেয়েদের সন্তান হইবার দৃষ্টান্ত বহু দেখা যায়। কিন্তু হিসাবে দেখা যায় যে, অপরিণত বয়সের মেয়েদের সন্তান হইবার কালে বেশী বিঘ্ন উপস্থিত হয়। তাই ঐরূপ মেয়েদের মধ্যে প্রসূতি-মৃত্যুর হার বেশী, শিশুমৃত্যুও বেশী হয়। সাধারণত ঐরূপ মেয়েদের সন্তানদের স্বাস্থ্যও তত ভাল থাকে না।

* সচিত্র জন্মনিয়ন্ত্রণ—মত ও পথ, Ideal Family Planning ও উহাদের হিন্দী ও উর্দু সংস্করণগুলি।

(২) **অত্যধিক বয়সে সন্তানলাভ** না করাই উচিত।

পুরুষ অবশ্য বৃদ্ধ বয়স পর্যন্ত সন্তান জন্মদানে সমর্থ থাকে। নারীর বেলায়ও ঋতু বন্ধ হইবার (৪৬-৪৮ বৎসর) পর্যন্ত সন্তানলাভ সম্ভবপর। তবে পূর্বে সন্তান না হইয়া থাকিলে ৩৫ বৎসর বয়সের পরে গর্ভাধান হইলে অনেক ক্ষেত্রে প্রসবে বিঘ্ন উপস্থিত হয়। সন্তান পূর্বে হইয়া থাকিলেও ৪০ বৎসর বয়সের পর গর্ভাধান না হওয়াই ভাল। ঋতু বন্ধ হইবার পূর্বে নারীদেহে কিছু কিছু বিপর্যয় উপস্থিত হইয়া থাকে। তখন তাহাকে সন্তান ধারণের গুরুভার হইতে অব্যাহতি দেওয়াই উচিত।

(৩) যতদিন কোনও কারণে শরীর সাময়িকভাবে **অসুস্থ ও দুর্বল** থাকে। যথা, কোন গুরুতর পীড়া অথবা বড় অস্ত্রোপ্রচারের পর।

(৪) **যাহাদের বস্তিকোটর অস্বাভাবিকরূপে ছোট** হওয়ার জন্য অস্ত্রোপচার ব্যতীত প্রসব হইতে পারে না।

(৫) যাহাদের বার বার **গর্ভস্রাব ও মৃত সন্তান প্রসব** হয়, অথবা অতি অল্পায়ু সন্তান জন্মে, তাহাদের এরূপ হওয়ার কারণ (অধিকাংশ ক্ষেত্রেই সিফিলিস) নির্ণয় ও দূর না করা পর্যন্ত পুনরায় গর্ভধারণ নিষ্ফল। ৪।৫ বৎসর বিশ্রাম পাইলে প্রসবের যন্ত্রগুলি শক্তিশালী হইয়া ভবিষ্যৎ বিপদ নিবারণ করিতে পারে।

(৬) যাহাদের গর্ভাবস্থায় বা প্রসবকালে রক্তদুষ্ট (toxoemia), অদম্য, বমি (persistent vomiting), অথবা প্রসবের পর মারাত্মক আক্ষেপ ও ফিট (puerperal eclampsia) হয়, তাহাদের ৪।৫ বৎসর গর্ভধারণ বন্ধ থাকিলে পরের বারে ঐরূপ না-ও হইতে পারে।

(৭) যাহাদের নিম্নলিখিত কোনও রোগ আছে ঃ

যক্ষ্মা, বহুমূত্র, জন্মগত হৃদরোগ, কুষ্ঠ, তাণ্ডব (chorea), উপদংশ, সামান্য ক্ষত দিয়া প্রচুর রক্তপাত (hoemophylia), রক্তহীনতা (pernicious anaemia), মৃগী (epilepsy), দুর্বার বমন (perncious vomiting), থায়রয়েড গ্রন্থির অতিক্রিয়া (hyperthyroidism), বস্তিদেশের বৈকল্য (pelvic deformity), প্রাচীন মূত্রগ্রন্থি প্রদাহ (chronic nephritis), এক প্রকারের গলগণ্ড (exophthalmic goitre), ডিম্ববাহী নলের প্রদাহ (salpingitis), তরুণ প্রমেহ (acute gonorrhoea) এবং বংশানুগত কোনও শারীরিক বা মানসিক ব্যাধি।

মাতার উপদংশ হইলেই সন্তানে ঐ রোগ সংক্রমিত হয়। পিতার হইলে তাহার নিকট হইতে মাতা সংক্রমিতা হইয়া থাকে। সাধারণত উপদংশবীজদুষ্ট ভ্রূণ গর্ভেই মারা যায়। তাই গর্ভস্রাব হয় অথবা মৃত সন্তান জন্মে। অল্পসংখ্যক সন্তান বাঁচিয়া গিয়া দুর্দশা ভোগ করে। গর্ভকালে ও অব্যবহিত পরে আধুনিক বৈজ্ঞানিক চিকিৎসা করিলে দুর্ভোগ নিবারণ করা যায়। মাতার গনোরিয়া (পিতা হইতে অধিকাংশ ক্ষেত্রে সংক্রমণ হয়) থাকিলে প্রসবের সময়ে উহার বীজ সন্তানের চক্ষুতে লাগিয়া জন্মান্ধতা বা

চক্ষুরোগের সূচনা করে। তাই পিতা বা মাতার এই দুইটির কোনও একটি রোগ থাকিলে রোগ সম্পূর্ণভাবে না সারিয়া যাওয়া পর্যন্ত জন্মনিরোধ করিয়া যাইতেই হইবে এই দুইটি মারাত্মক রোগের প্রসার ও প্রকোপ এত ভয়াবহ যে উহাদের উৎপত্তি, প্রতিষেধক, চিকিৎসা ইত্যাদির বিশদ আলোচনা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে স্বতন্ত্র এক অধ্যায়ে করিয়াছি। এখানে পুনরুল্লেখের অবকাশ নাই।

যক্ষ্মা রোগে আক্রান্তা নারীকে সন্তান ধারণ করিতে নাই। প্রসবের পরে রোগের প্রকোপ বাড়িয়া যায়। যক্ষ্মা রোগগ্রস্ত পিতা বা মাতার বীজ হইতে গর্ভস্থ ভ্রূণের ঐ রোগ হয় না। জন্মের পর তাহাদের সান্নিধ্যে উহার সংক্রমণ হয়। হৃদরোগ বা মূত্রাশয়ের পীড়ার কথাও ঐ রকম। বংশানুগত কোনও রোগ থাকিলে সন্তান ধারণ করিয়া সন্তানকে ঐ রোগে আক্রান্ত করিয়া যাওয়া মানবজাতির শত্রুতা সাধন করারই সমতুল্য। বলা বাহুল্য যে, ইহার মধ্যে কোনও রোগ যখন সম্পূর্ণরূপে নিরাময় হইবে তখন আর গর্ভধারণে কোনও বাধা থাকিবে না।

(৮) পূর্বেই অধিকসংখ্যক সন্তান হইয়া গিয়া থাকিলে জন্মনিয়ন্ত্রণ অবশ্য কর্তব্য। অনেক সময়ে জন্মনিয়ন্ত্রণ সম্বন্ধে জ্ঞানের অভাবে অথবা সাবধান হইবার পূর্বেই দম্পতির বহু সন্তান হইয়া গিয়া থাকে। তখন বৃথা অনুশোচনা না করিয়া দৃঢ়ভাবে যথাবিহিত বৈজ্ঞানিক উপায়ে জন্মনিযন্ত্রণ করিয়া যাওয়াই উচিত।

কোন্ কোন্ ক্ষেত্রে বাঞ্ছনীয়

কতক ক্ষেত্রে বিশেষ মারাত্মক ফলের আশঙ্কা না থাকিলেও জন্মনিরোধ করাই উচিত। যথা—

(১) **বিবাহের প্রথম বৎসর**। এই বৎসরে স্বামী ও স্ত্রীর মানসিক বোঝাপড়া হইবার সুযোগ হয় এবং স্ত্রী শারীরিক পরিপুষ্টি, সন্তান জন্মদানে সামর্থ এবং শিশু-পালন শিক্ষা লাভ করিতে পারে। গর্ভনিরোধের উপায় অবলম্বন না করিলে বিবাহের সঙ্গে সঙ্গেই গর্ভাধান হইয়া যাওয়া বিচিত্র নহে। অনেক ক্ষেত্রেই এইরূপ হইয়া থাকে।

(২) **এক সন্তান হইবার পর কিছু দিন**। ইহাকে যথোচিত ব্যবধানে সন্তান জন্মদান (spacing of children) বলা হয়। নারীকে কিছু দিনের বিশ্রাম দেওয়া উচিত। অনেকে ২/৩ বৎসরই যথেষ্ট মনে করেন। অবশ্য স্ত্রীর শারীরিক ও মানসিক অবস্থা দেখিয়া এই ব্যবধানের সময় স্থির করিতে হইবে।

এক সন্তান জন্মের পর কত শীঘ্র আবার গর্ভাধান হইতে পারে তাহা জানিয়া রাখা উচিত। সাধারণত যে দম্পতি জন্মনিয়ন্ত্রণ করে না, তাহাদেব ক্ষেত্রে পুনরায় সন্তান লাভের সময়ের বেশ ব্যতিক্রম দেখা যায়। কতক ক্ষেত্রে পুনরায় গর্ভবতী হইবার পূর্বে স্ত্রীর বৎসরাধিক কালও কাটিয়া যায়। আবার কেহ কেহ কয়েক মাসের মধ্যেই পুনরায় গর্ভবতী হইয়া পড়েন।

পূর্বে লোকের ধারণা ছিল এই যে, যত দিন কোলের সন্তানকে স্তন্য দান করা হইয়া থাকে, ততদিন পুনরায় গর্ভধারণের সম্ভাবনা থাকে না। ইহা মারাত্মক ভুল। অনেকের প্রসবের পর কযেক মাস ঋতুস্রাব বন্ধ থাকে। তাই বলিয়া ততদিন গর্ভাধান আর হইবে না তেমন কোন নিশ্চয়তা নাই। ডিম্বস্ফোটন হয় আগে, ঋতু হয় পরে। তাই কতকক্ষেত্রে এক সন্তান জন্মের পর ঋতু আর না দেখা গিয়াই আবার গর্ভাধান হয়।

(৩) দম্পতির আর্থিক সঙ্গতি বুঝিয়া সন্তান জন্মদানে ব্রতী হওয়া উচিত। আর্থিক অনটনের সময়ে জন্মনিয়ন্ত্রণ করিয়া নেওয়াই উচিত।

(৪) দম্পতির অন্য কোনও কারণবশত সন্তান জন্মদানে অনিচ্ছা থাকিলে অনাকাঙ্ক্ষিত সন্তান লাভ না করাই ভাল; স্বামী ও স্ত্রী কায়মনোবাক্যে সন্তান কামনা করিবে ইহাই চাই।

(৫) পুরুষের বৃদ্ধ বয়সে সন্তান জন্মদান কবিযা নাবালক ছেলে-মেয়ে রাখিয়া না যাওয়াই উচিত। কারণ উহাদের ভরণ-পোষণ, শিক্ষা-দীক্ষা নিজের অবর্তমানে ভালমত না হওয়ারই কথা।

সন্তানের আদর্শ সংখ্যা

সন্তানের আদর্শ সংখ্যা—এই প্রশ্নের উত্তরে এখন আর মতবিরোধ থাকা উচিত নহে। কোনও কোনও দম্পতির স্থায়ী রোগ বা দোষ থাকার দরুন একটি সন্তানও জন্ম দেওয়া উচিত নহে। সন্তান ভরণ-পোষণের অযোগ্যতা থাকা পর্যন্ত একই কথা। স্বাস্থ্য ও সঙ্গতি ভাল থাকিলে ৩ ৪ টি সন্তানও কোনও কোনও দম্পতির কাম্য হইতে পারে। কিন্তু সমাজ ও মানবগোষ্ঠীর দিক হইতে বিবেচনা করিলে প্রতি পরিবারে ২ জন করিয়া সন্তান হওয়াই আদর্শ। ইহাদের একজন পিতা ও একজন মাতার স্থলবর্তী হইবে। আমরা একটু আগেই বলিয়াছি লোক বৃদ্ধির ভয়াবহতা এখনই পৃথিবীর সম্মুখে দারুণভাবে প্রকট। আর মাত্র ২০/৩০ বৎসরে উহা এক মারাত্মক অভিশাপ হইয়া দাঁড়াইবে। অথচ, দম্পতির ইচ্ছা-অনিচ্ছার উপর ছাড়িয়া দিলে এই বিপদ পারমাণবিক বোমা ব্যবহারের সমতুল্য হইয়া পড়িবে।

তাই এখন হইতে দুই জনের বেশী সন্তান জন্মাইতে কোনও নারীকেই দেওয়া উচিত নয়; এই সীমা লঙ্ঘনকারিণীর বাধ্যতামূলক গর্ভপাত ঘটাইতে হইবে। মাতার ইচ্ছা হইলে উহাকে গর্ভপাত করিতে দিতে হইবে। এমন কি সরকারী হাসপাতালে বিনা পয়সায় উহা করাইবার সুবিধা দিতে হইবে। কোষ্ঠবদ্ধতা দূর করিবার বড়ির মত গর্ভপাত স্বচ্ছন্দে ঘটানোর মত বটিকার আবিষ্কার জনসাধারণের জন্য অত্যাবশ্যকীয় হইয়া পড়িয়াছে।

সন্তান লাভের আদর্শ বয়স

এই দুইটি সন্তান পিতার ২৫ হইতে ৪০ ও মাতার ২০ হইতে ৩৫ বৎসর বয়সের

মধ্যে হওয়া কাম্য। প্রথমটি বিবাহের তৃতীয় বৎসরের মধ্যে এবং শেষটি স্বামীর ৫০ ও স্ত্রীর ৩৫ বৎসরের পরে অনুচিত।

জন্মনিয়ন্ত্রণে অভিজ্ঞ দম্পতি সন্তান কখন জন্ম গ্রহণ করিলে সুবিধা হইবে তাহাও বিবেচনা করিয়া সন্তান জন্মদানে ব্রতী হইতে পারিবে। সন্তান ভূমিষ্ঠ হওয়ার সময় অতিশয় শীত, বর্ষা বা গ্রীষ্ম না হয় তাহা লক্ষ্য রাখিতে হইবে। এমন কি, স্বদেশে বা স্বগৃহে প্রত্যাবর্তন না করা পর্যন্ত প্রবাসী দম্পতি গর্ভনিবারণ করিয়া যাইতে পারে।

আমাদের এই দেশে চাকুরী করেন এমন অনেক বিদেশী দম্পতি ছুটিতে স্বদেশে যাত্রার প্রাক্কালে গর্ভসঞ্চার করেন এবং এমন কি, প্রসবের জন্য সময় গণিয়া পূর্বেই হাসপাতাল বা মাতৃসদনে জায়গা রিজার্ভ করেন।

উপযুক্ত শুভ বা মনোমত মুহূর্তে সন্তান ভূমিষ্ঠ হইবে এমন ব্যবস্থা করিতে পারা শুধু জন্মনিয়ন্ত্রণের কল্যাণেই সম্ভবপর হইয়াছে।

মিসেস স্যাঙ্গারের মতবাদ

মহিলা প্রবক্তা আমেরিকার মিসেস মার্গারেট স্যাঙ্গার জন্মনিয়ন্ত্রণকে জগতের শান্তি ও মানুষের সুখ, স্বাস্থ্য ও সর্বপ্রকার কল্যাণের জন্য এত প্রয়োজনীয় মনে করিয়াছিলেন যে তিনি সকলকে ইহাতে উদ্বুদ্ধ ও উদ্যোগী করিবার জন্য সারা পৃথিবী ভ্রমণ করেন।

তিনি বলেন, "পিতৃত্বকে স্বেচ্ছাকৃত, দায়িত্বপূর্ণ মহান কর্তব্যে পরিণত করিতে হইলে উহাকে অন্ধ নিয়তির হাত হইতে মুক্ত করিয়া সজ্ঞান ও ইচ্ছাসাপেক্ষ কার্যে পরিণত করিতে হইবে।"

তিনি জন্মনিয়ন্ত্রণকে বৈজ্ঞানিক ভিত্তিতে প্রতিষ্ঠিত করিবার জন্য ইহাকে প্রত্যেক দেশ ও রাষ্ট্রের স্বাস্থ্যবিজ্ঞানের প্রধান কার্যক্রমে পরিণত করিবার পক্ষপাতী ছিলেন। সেইজন্য তিনি সমস্ত দেশেই জন্মনিয়ন্ত্রণ-সঙ্ঘ স্থাপন করিতে চেষ্টা করিয়াছিলেন। প্রায় সকল দেশে উহা স্থাপিত হইয়াও গিয়াছে।

পাক-ভারত-বাংলাদেশের ফ্যামিলি প্লানিং (Family Planning) আন্দোলন এবং সরকারী ও বেসরকারী অভিযান সর্বতোভাবে সার্থক হইয়া উঠুক।

॥ তিন ॥

জন্ম-নিয়ন্ত্রণের ভ্রান্ত মত ও অনিশ্চিত পথ

জন্ম-নিয়ন্ত্রণের আবশ্যকতা প্রাচীনকাল হইতেই অল্প-বিস্তর অনুভূত হইয়াছে। গর্ভ-প্রকরণের ধারণা তখনকার বিজ্ঞলোকদেরও সামান্য মাত্র ছিল। সেই ধারণার উপরেই নির্ভর করিয়া প্রাচীনকালের লোকেরা জন্মনিয়ন্ত্রণের নানা সূত্রের আবিষ্কার

ও প্রণালীর প্রচার করিয়াছিলেন। সুতরাং ঐ সকল মতবাদ ও প্রক্রিয়ায় নানারকম ভুল-ত্রুটি যে রহিয়া গিয়াছে, ইহাতে আশ্চর্যের বিষয় কিছুই নাই। এইরূপ প্রচেষ্টা বরাবর চলিতে থাকিবে। আধুনিক দুই-চারিটি মতবাদ ও প্রক্রিয়ায়ও ভ্রম প্রমাদ পরিলক্ষিত হয়।

বিফলতার কারণ

জনসাধারণ জন্ম-নিয়ন্ত্রণের আবশ্যকতা উপলব্ধি করিলেও বহুক্ষেত্রে আলস্য, উদাসীনতা, অশিক্ষা, সুযোগের অভাব, অদৃষ্টবাদ ইত্যাদি কারণে আধুনিক বৈজ্ঞানিক মত ও পথের অনুসন্ধান না করিয়া অন্য লোকের নিকট শুনিয়া বা শিখিয়া কোনও কোনও ভ্রান্ত মত ও অনিশ্চিত পথ অবলম্বন করিয়া ঠকিয়া যায়। আমরা পাঠক-পাঠিকাকে বিশেষ করিয়া সাবধান করিয়া দেওয়ার জন্যই সংক্ষেপে ঐ সকল মত ও পথের কয়েকটি উল্লেখ করিতেছি।

(১) নিরুদ্ধ সঙ্গম

নিরুদ্ধ সঙ্গম (Withdrawal অথবা Coitus Interruptus)। শুক্র পতনোদ্যত হইবার পূর্বেই দম্পতির বিচ্ছিন্ন হইয়া যাওয়াই এই প্রক্রিয়ার মূল কথা।

শুক্রস্খলনের ঠিক পূর্বেই বিচ্ছিন্ন হওয়া দুরূহ ব্যাপার। যাঁহারা শুক্রবেগকে ইচ্ছামত নিয়ন্ত্রিত করিতে পারেন তাঁহারাই কেবল এই প্রক্রিয়ায় সফলতার সহিত জন্ম-নিয়ন্ত্রণ করিতে পারেন। এমন মাত্র দুই-চারিজন লোকের সন্ধান আমরা পাইয়াছি। তবে এত কৃচ্ছ্রসাধন করিয়া এই প্রক্রিয়ায় জন্ম-নিয়ন্ত্রণ করিতে যাওয়া নিরর্থক। কারণ,

(১) কোনও না কোনও দিন বিচ্ছিন্ন হইবার পূর্বে দুই এক ফোঁটা শুক্র স্বামীর চেষ্টা এড়াইয়া স্ত্রী-অঙ্গে প্রবিষ্ট হইয়া যাইবার সম্ভাবনা থাকিয়াই যায়। ইহাতেও গর্ভাধান সম্ভবপর। এমন কি সহবাসে শুক্রস্খলনের পূর্বে যে রস বাহির হইবার কথা তাহাতেও শুক্রকীট থাকিয়া যাইতে পারে। (২) নিয়মিত এই অভ্যাসে স্বামী-স্ত্রীর দেহের ও মনের ভয়ানক ক্ষতির সম্ভাবনা থাকে। (৩) ইহাতে গর্ভাধানের আশঙ্কা থাকিয়াই যায়।

তবে উপায়ান্তর না থাকিলে যথেষ্ট সাবধান হইতে হইবে, যেমন—(ক) বীর্যপাত ভিতরে না হয়; (খ) এমন কি ভগের উপরেও নয়; (গ) মিলনের পরেই যেন স্ত্রী জননেন্দ্রিয় ঠাণ্ডা বা সাবানের জলে ধুইয়া ফেলেন; (ঘ) দ্বিতীয়বার মিলনের পূর্বে স্বামী প্রস্রাব করিয়া পুরুষাঙ্গ উত্তমরূপে যেন ধুইয়া লন, যাহাতে নলিতে বা বাহিরে কোনও স্থানে শুক্রকীট লাগিয়া না থাকে।

(২) নারীর চরমতৃপ্তি না হওয়া

স্ত্রীলোকের চরমপুলক লাভ না হইলে গর্ভসঞ্চার হয় না, এই ভুল ধারণায় অনেক স্ত্রীলোক ইচ্ছা করিয়াই নিষ্ক্রিয় উদাসীনতা অবলম্বন করিয়া চরমপুলক লাভের বিরুদ্ধতা করিয়া থাকে, অথচ লাভের মধ্যে কিছুই হয় না। লোকসানের মধ্যে হয় আনন্দলাভ

হইতে বঞ্চিত থাকা এবং শারীরিক ও মানসিক পীড়া ও অশান্তি। প্রাচীন হেকিমী পুস্তক এই ভুল ধারণার জন্য অনেকাংশে দায়ী। স্ত্রী সহবাসে সম্পূর্ণ অনিচ্ছা সত্ত্বেও, এমন কি বলাৎকার, নিদ্রাবস্থায় বা অচেতনভাবে ধর্ষণ প্রভৃতি ক্ষেত্রেও গর্ভাধান হইয়া যাইতে পারে।

(৩) আসন কৌশল

সঙ্গমকালে যাহাতে পুরুষাঙ্গ জরায়ুমুখ পর্যন্ত না পৌঁছায় বা যোনিপথে বেশী দূরে না যায়, শরীর এমন কায়দায় রাখিলে গর্ভাধান এড়ানো যায়—এই রকম ভুল ধারণাও অনেকের আছে। ইহাতে উভয় পক্ষেরই আনন্দলাভ হয় না, অথচ গর্ভাধানও এড়ানো যায় না।

ডাঃ ভ্যান ডি ভেল্ডি তাঁহার 'Fertility and Sterility in Marriage'-এ এবং ভারতীয় পণ্ডিতগণের মধ্যে মিঃ গ্যাম্বারস এই বিষয়ে শুধু আসন কৌশলের দ্বারা জন্মনিরোধের উপায় নির্দেশ করিয়াছেন। তাঁহারা এই বিষয়ে যে সমস্ত বিভিন্ন কৌশলের কথা বলিয়াছেন তাহাতে শুধু গর্ভসঞ্চারের সম্ভাবনা কম থাকে। একেবারে তিরোহিত হয় না। অনিশ্চিত কৌশল অবলম্বন করিয়া মিথ্যা আশা পোষণ করা বুদ্ধিমানের কাজ নয়।

(৪) মিলনের পর ব্যায়াম

অনেকে মনে করেন, মিলনের পর কয়েকবার উঠা-বসা, লাফালাফি, পেটের পেশী-গুলির সঙ্কোচন ও প্রসারণ, হাঁচা, কাশা, যাঁতা ঘুরানো, ঢেঁকি চালানো ইত্যাদি করিলে শুক্র বাহির হইয়া যাওয়ায় গর্ভাধান হয় না। কিন্তু এই সকল ব্যর্থ হইবার কারণ এই যে, যোনিনালীতে অসংখ্য ভাঁজ ও খাঁজ আছে। ইহাদের মধ্যে প্রবিষ্ট ও প্রলিপ্ত শুক্র এই সকল প্রক্রিয়ায় কিছুতেই সম্পূর্ণ বাহির হইয়া যায় না।

(৫) স্ত্রীর প্রস্রাব করা

অনেক স্ত্রীলোক এই ভুল ধারণা পোষণ করেন যে, মিলনের পর প্রস্রাব করিলেই যোনিনালী ধুইয়া পরিষ্কার হইয়া যায় এবং শুক্রকীটও ভাসিয়া বাহির হইয়া যায়। এই ভুল তাঁহাদের জননেন্দ্রিয়ের গঠন সম্বন্ধে অজ্ঞতার দরুনই হইয়া থাকে। প্রস্রাব যোনিনালীর ভিতর দিয়া বাহির হয় না; কারণ, যোনিনালী মূত্রনালী হইতে সম্পূর্ণ পৃথক।

(৬) সন্তানকে স্তন্যদান

বহুদিন ধরিয়া ক্রোড়স্থ সন্তানকে স্তন্যদান করিলে ঐ সময়ের মধ্যে গর্ভাধান এড়ানো যায়, এই ধারণাও অমূলক। এই সময়ে গর্ভাধান অপেক্ষাকৃত কম হয়। কিন্তু হইবার দৃষ্টান্তও নিতান্ত বিরল নহে।

ক্রোড়স্থ সন্তানকে স্তন্যদান করিবার কালে সাধারণত স্ত্রীলোকের কয়েক মাস ঋতু বন্ধ থাকে। আবার কাহারও কাহারও থাকে না। এমন কি, ঋতু বন্ধ থাকাকালীনও কখনও কখনও গর্ভসঞ্চার হইয়া থাকে। ঋতু পুনরায় দেখা দিলে তাহার সম্পূর্ণ গর্ভসঞ্চারের সম্ভাবনা থাকেই।

(৭) নিরাপদকালে সহবাস

দুই ঋতুস্রাবের মধ্যবর্তী সময়ের সকল দিনেই সহবাস করিলে গর্ভাধানের সমান সম্ভাবনা থাকে, এমন নহে। তবে কোন্ দিন সম্ভাবনা বেশী থাকে এবং কোন্ দিন কম—এবং এমন কোনও দিন আছে কিনা যখন সম্ভাবনা একেবারেই থাকে না, ইহা লইয়া তুমুল বাদ-বিতণ্ডা হইয়াছে এবং এখনও চলিতেছে।

প্রতি রজঃমাসের অধিকাংশ দিনেই গর্ভাধান হয় না। কোনও কোনও বিজ্ঞানীর মতে প্রতি আটাশ দিনের মধ্যে অন্তত কুড়ি দিন যে কোনও রমণী স্বভাবতঃই বন্ধ্যা, অর্থাৎ এই কয়দিন তাহার গর্ভাধান হইতে পারে না। এই সম্বন্ধে আমার জন্মনিয়ন্ত্রণের বইগুলিতে আমি দীর্ঘ আলোচনা করিয়াছি।

কিন্তু নিরাপদ সময়ের সন্ধান এখনও নির্ভুলভাবে পাওয়া যায় নাই। আবার শারীরিক, মানসিক কারণে ও ঋতুস্রাবের অনিয়ম ও গোলযোগের দরুন ইহার উপর নির্ভর করা উচিত নহে। অনেক ক্ষেত্রে এই তথাকথিত "নিরাপদ সময়ে" সঙ্গমের ফলে গর্ভাধান হইয়াছে এমন দৃষ্টান্ত আছে।

আমরা এখনও "নিরাপদ সময়ে" অবাধ সহবাসের পরামর্শ দিতে পারি না।*

(৮) পূর্ণ ব্রহ্মচর্য বা সহবাসবিরতি

কামপ্রবৃত্তি স্বাভাবিক, ইহাকে একেবারে ঠেকাইয়া রাখা সম্ভব নয়। কোনও কোনও ক্ষেত্রে কেহ পারিলেও সকলের পক্ষে ইহা সম্ভব বলিয়া আশা করা যায় না। এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে "যৌন-নিষ্ঠা" শীর্ষক আলোচনায় ইহার উল্লেখ করা হইয়াছে।

(৯) ধারক সঙ্গম (Karezza)

এই সম্বন্ধে পরবর্তী এক অধ্যায়ে আলোচনা হইয়াছে। এই প্রক্রিয়ায় শুক্রস্খলন না করিয়া অঙ্গসংযোগ করিয়া ধীরে ধীরে বহুক্ষণ ধরিয়া অপূর্ণ সহবাস করা হয়। ইহাতে রসনিঃসরণ হওয়ারই কথা। ঐরূপ রসে-দুই-চারিটি শুক্রকীট থাকিবারও সম্ভাবনা আছে। তাহা হইলে জন্মনিয়ন্ত্রণের উদ্দেশ্য ব্যর্থ হইতে পারে।

(১০) বহির্যোনি সঙ্গম

ভগের উপরে অথবা দুই উরুর মধ্যে ঘর্ষণাদি করা। ইহাকে ঠিক সম্ভোগ বলা যায়

* ভারতে 'নিরাপদ সময়' অবলম্বন করিয়া জন্মনিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থার হিড়িক-হুজুক দেখা গিয়াছিল। এই সম্বন্ধে ডঃ মেরী স্টোপ্‌স বলেন, "I earnestly warn Indians not to place reliance on this method. It is most unreliable, very unnatural and even if dates are carefully noted, the woman herself may change without warning."

না, স্ত্রীর শুধু উত্তেজনা হয় মাত্র, সম্যক সুখানুভূতি ও পুলক লাভ হয় না ; পুরুষের পক্ষেও যথেষ্ট ত্যাগ স্বীকার এবং উভয়ের অসার্থক প্রয়াসের ব্যর্থতা ভোগ করিতে হয়। ইহাতে ক্রমে উভয়ের স্নায়বিক ও মানসিক পীড়ার সম্ভাবনা থাকে। ভগের উপরে বীর্যপাত হইলে শুক্রকীট ভিতরে প্রবেশ করিয়া গর্ভসঞ্চারও করিতে পারে।

(১১) গরম সেক, এক্স-রে ইত্যাদি প্রয়োগ

অণ্ডকোষে তাপ লাগাইলে শুক্রকীট উৎপাদনের ক্ষমতার ব্যাঘাত ঘটে এবং এই হেতু সাময়িক বন্ধ্যাত্ব আনিতে পারে এইরূপ অভিমত অনেকে প্রকাশ করিয়াছেন। শুক্রকীট স্পর্শকাতর ; উষ্ণতা উহাদিগকে বিনাশ করে এই কথাও ঠিক। গরম জলে নিংড়ানো কাপড় বা গরম পুলটিশ ৩০ হইতে ৪৫ মিনিটকাল অণ্ডাবরণের উপর প্রয়োগ করিলে এই ফল হয়ত পাওয়া যায়। কিন্তু কখন এই প্রক্রিয়ায় বন্ধ্যাত্ব আসে ও পরে কখন সারিয়া যায়, পূর্ণতাপ্রাপ্ত শুক্রকীট ইহাতে অক্ষম বা নষ্ট হয় কিনা তাহার নিশ্চয়তা নাই। আবার এই প্রক্রিয়ার পূর্বাহ্নেই শুক্রকীট উপরে শুক্রনালীতে গিয়া সঞ্চিত থাকিয়া যাইতে পারে। মোটামুটি, এই প্রক্রিয়া এখনও গবেষণাসাপেক্ষ। ইহাকে অনিশ্চিত বলিয়াই এখন ধরিতে হইবে।

এক্স-রে এবং রেডিয়ামের প্রয়োগ দ্বারা স্ত্রী-পুরুষ উভয়ের সাময়িক বন্ধ্যাত্ব আনয়ন করা যাইতে পারে বলিয়া কাহারও কাহারও বিশ্বাস। কিন্তু কতটুকু, কি প্রকারে, কতক্ষণ ও কতবার প্রয়োগ করিতে হইবে এই সম্বন্ধে বিশেষজ্ঞরা এখনও নিঃসন্দেহ হইতে পারেন নাই। অপপ্রয়োগে বিশেষ ক্ষতির (যথা, মাত্রাধিক্যে স্থায়ী বন্ধ্যাত্বের) আশঙ্কা আছে। এই সব প্রক্রিয়া এখনও পরীক্ষাধীন আছে, সুতরাং ইহাদের উপর ভরসা করা চলে না।

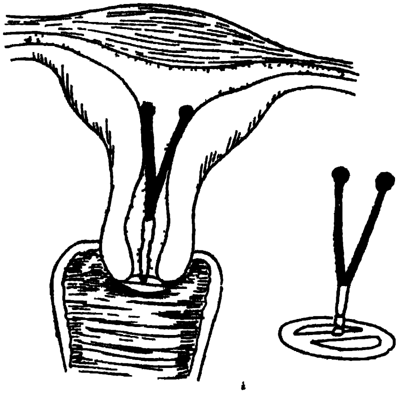
(১২) জরায়ুগাত্রে আইওডিন (Iodine) প্রয়োগ

রাশিয়া এবং জার্মানিতে জরায়ুগাত্রে আইওডিনের প্রলেপ দেওয়ার কথা খুব শোনা যায়। একটি কাঠির মাথায় তুলা বা কাপড় জড়াইয়া উহা গ্লিসারিন এবং টিংচার আইওডিনে ডুবাইয়া উহা দিয়া জরায়ুগাত্রে প্রলেপ দেওয়া হয়। প্রত্যেক ঋতুস্রাবের পরেই একবার করিয়া এই ব্যবস্থা করিলে নাকি ঐ মাসে গর্ভাধান হওয়া অসম্ভব হয়। এই প্রক্রিয়া খুব বিপজ্জনক। ডাক্তারের হাতেও ইহার প্রয়োগ নিরাপদ নহে। জরায়ুর মধ্যে টিংচার আইওডিনের ইনজেকশনের সম্বন্ধেও একই কথা খাটে।

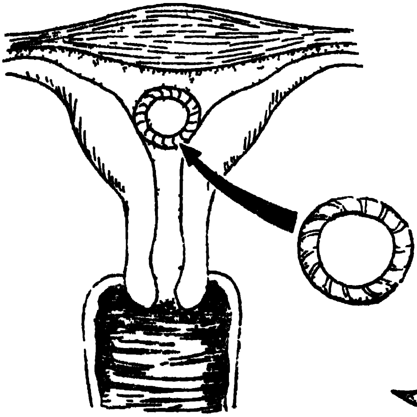
(১৩) বোতাম, নল প্রভৃতি ব্যবহার

জরায়ু গ্রীবার মধ্যে বোতাম, নল, ধাতুনির্মিত বহুবিধ যন্ত্র প্রভৃতি রাখা—যন্ত্রের আবিষ্কারকগণ এইগুলিকে অব্যর্থ গর্ভনিরোধক বলিয়া বিজ্ঞাপন দিয়া থাকেন। আমাদের মতে এই সকল ব্যবহার করা বিপজ্জনক ; অসাবধানতার ফলে ইহা মারাত্মক পর্যন্ত হইতে পারে।

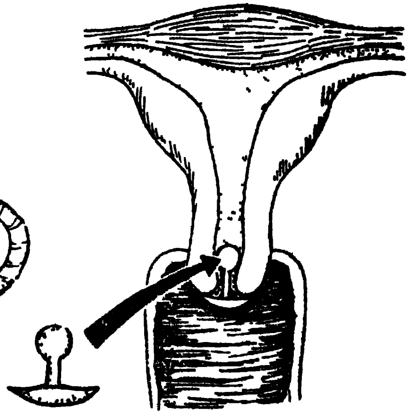
জরায়ুতে লাগাইবার বা উহার ভিতরে ব্যবহার করিবার মত প্রচলিত কয়েক প্রকার যন্ত্রের প্রতিকৃতি দেওয়া গেল ঃ



১নং চিত্র—উইশবোন (Wishbone) পেসারী জরায়ুতে লাগানো হইয়াছে।



২নং চিত্র—গ্রাফেনবার্গ (Grafenberg) আংটি জরায়ুর মধ্যে স্থাপিত হইয়াছে।



৩নং চিত্র—ষ্টাড (Stud) পেসারী জরায়ু মুখে লাগানো হইয়াছে।

(১৪) নারীদেহে শুক্রকীট বা হরমোন ইন্‌জেকশন

কলেরা-বসন্তের টীকা লইবার কার্যকারিতার মূলে সূত্র অনুকরণ করিয়া অনেকে শুক্রকীট ইন্‌জেকশনের ব্যবস্থা দেন। এখনও ইহার নির্ভরযোগ্যতার প্রমাণ পাওয়া যায় নাই।

(১৫) সেবনের জন্য ঔষধাবলী

টোটকা, মুষ্টিযোগ, ইন্দ্রজাল ও যৌনবিজ্ঞান সম্বন্ধীয় প্রাচীন আরবী, ফার্সি, উর্দু, সংস্কৃত ও বাংলা পুস্তকাবলী, কবিরাজ ও হেকিমদের বিজ্ঞাপন পুস্তিকা ও সাময়িক পত্রিকাগুলিতে বিজ্ঞাপনে এইরূপ ঔষধের ভূরি ভূরি উল্লেখ দেখা যায়। আমাদের দেশে এই বিষয়ে এত বাড়াবাড়ি যে, পাঠক-পাঠিকাকে এই সম্বন্ধে বিশেষ করিয়া অবহিত করা একান্ত দরকার মনে করিতেছি। সাধারণত আমাদের দেশের মেয়ে মহলেই এই প্রকার নানা ঔষধের কথা শ্রুতিগোচর হয়। আয়ুর্বেদে যে সমস্ত ঔষধের উল্লেখ আছে, নিম্নে তাহার কয়েকটি উল্লেখ করা গেল।

আকন্যাদির পাতা জল দিয়া বাটিয়া ঋতু-স্নানান্তে সেবন করিলে সেই মাসে নাকি গর্ভসঞ্চার হইবে না।

আড়াইটি গোলমরিচ ও পান গাছের শিকড় একত্রে বাটিয়া ঋতু-স্নানান্তে ৩ দিন এক তোলা করিয়া সেবন করিলে নাকি গর্ভসঞ্চার হয় না।

কাঁজি দ্বারা পিষ্ট জবা পুরাতন গুড়ের সহিত ঋতুর সময় সেবন করিলে নাকি গর্ভসঞ্চার হয় না।

এইরূপ ঔষধাদির সম্বন্ধে এইটুকু বলিলেই যথেষ্ট হইবে যে, ব্যবহারিক পরীক্ষা ও প্রমাণের দ্বারা উহাদের কোনটিই ফলপ্রদ সাব্যস্ত হইয়াছে বলিয়া আমাদের জানা নাই। এইজন্য উহাদের কার্যকারিতায় আমরা বিশ্বাসবান নহি। বিজ্ঞাপনের আড়ম্বরে ভুলিয়া বহু দম্পতি ঠকিয়া যায়। দৈব, শাস্ত্রীয়, আয়ুর্বেদীয়, সন্ন্যাসীপ্রদত্ত, স্বপ্নাদ্য, রেজিস্ট্রিকৃত ইত্যাদি নানাবিধ নাম দিয়া সংবাদপত্রে আড়ম্বরবহুল বিজ্ঞাপন দেওয়া হইয়া থাকে। এই ধরনের **বিজ্ঞাপনের নমুনা** দিতেছি:

"গর্ভনিরোধ বটি…বহু পরীক্ষিত অতি নির্দোষ মহৌষধ। ১টিতে ১ বৎসর গর্ভ হয় না……।"

"গর্ভনিয়ন্ত্রণ ও ঋতুবন্ধে অশাস্ত্রীয় ঔষধে অথবা অবৈধ উপায়ে স্বাস্থ্যের হানি না করিয়া ঋষিপ্রদত্ত দৈব ঔষধ ব্যবহার করুন, …এক বৎসর গর্ভনিয়ন্ত্রণে ২·৮৭ টাকা। চিরস্থায়ী ৪·৫০ টাকা…।"

"গর্ভরোধে—আদি ও অকৃত্রিম মহৌষধ, ১ বটিতে এক বৎসর গর্ভ হয় না…।"

কতক লোকে আবার "যে কোন অবস্থায় বন্ধ ঋতুস্রাব ঘটায়" বলিয়া প্রকারান্তরে **গর্ভপাতকারী** ঔষধের বিজ্ঞাপন দিয়া থাকে। এই সকল ঔষধ বিজ্ঞানসম্মতভাবে পরীক্ষিত নহে বলিয়াই আমাদের অভিমত এবং শেষোক্ত প্রকার ঔষধ আমাদের মতে **বিপজ্জনক**, সুতরাং বর্জনীয়।

সম্প্রতি বহু গবেষণার ফলে সেবনের ঔষধ বাহির হইয়াছে। সে সম্পর্কে পরের অধ্যায়ে আলোচনা করিতেছি। ভারত-বাংলাদেশে প্রস্তুত কোনও কার্যকরী ঔষধ আছে বলিয়া আমাদের জানা নাই।

॥ চার ॥

জন্মনিয়ন্ত্রণের আধুনিক কার্যকরী প্রণালীসমূহ

আমরা ভ্রান্ত মত ও পথের উল্লেখ করিয়াছি। উদ্দেশ্য পাঠক-পাঠিকাকে সতর্কীকরণ। এই সকল পথের দোষ ও ত্রুটির কথাও উল্লেখ করিয়াছি।

আধুনিক নির্ভরযোগ্য প্রণালীসমূহ জন্মপ্রকরণের বৈজ্ঞানিক তথ্যগুলির উপরে প্রতিষ্ঠিত। এই তথ্যগুলি অধুনা সুপ্রতিষ্ঠিত হইয়াছে; তাই পুরাতন আমলের পুঁথি-পুস্তক ঘাঁটিয়া গর্ভনিবারণের ধন্বন্তরি বা অব্যর্থ প্রণালী পাওয়া যাইবে এমন আশা করা বৃথা।

প্রজননের মূল সূত্র

এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে বর্ণিত জননেন্দ্রিয়সমূহের পরিচয় ও তৃতীয় খণ্ডে বর্ণিত গর্ভসঞ্চারের আলোচনা ভালমত অনুধাবন করিলে পাঠক-পাঠিকা বুঝিতে পারিবেন: প্রজনন ক্রিয়ার কৌশলটি সংক্ষেপত এই যে, পুরুষের শুক্র নারীর যোনিনালীতে বা জরায়ুমুখে পতিত হয়; নারীর ডিম্বকোষ হইতে ডিম্ববাহী নল বাহিয়া ডিম্ব জরায়ুতে নামিয়া আসিতে থাকে; অসংখ্য শুক্রকীট জরায়ুর মধ্য দিয়া গিয়া কোনও একটি ডিম্বের সহিত মিলিত হইলেই ভ্রূণ জন্মগ্রহণ করে। পরবর্তী গর্ভসঞ্চার অধ্যায়ে আমরা এই প্রণালীর বিস্তৃত ব্যাখ্যা করিয়াছি।

গর্ভনিরোধের মূল সূত্র

(১) অবেই দেখা যাইতেছে যে, কোনও উপায়ে নারীর ডিম্ব ও পুরুষের শুক্র-কীটকে একত্র সম্মিলিত হইতে না দিলেই গর্ভ নিবারণ করা যায়। আরও স্থূলভাবে বলিলে বলা যাইতে পারে যে, পুরুষের শুক্র নারীর জরায়ুর মধ্যে প্রবেশ করিতে না পারিলেই গর্ভধারণের সম্ভাবনা দূর হইল।

(২) শুক্রকীটকে নির্জীব করিয়া দিলে উহা জরায়ুতে পরে প্রবেশ করিলেও গর্ভাধান হইবার কোনও আশঙ্কা থাকে না।

এই সূত্র দুইটি অতি সহজ মনে হইলেও বিভিন্ন ক্ষেত্রে উপযুক্ত প্রণালীসমূহ সম্বন্ধে যথেষ্ট মতভেদ আছে। অসংখ্য নরনারী জন্মনিয়ন্ত্রণে বদ্ধপরিকর হইয়া নানা উপায় অবলম্বন করেন। কিন্তু নানা ভ্রম-প্রমাদবশত বিফল হইয়া ইহার উপর আস্থাহীন হইয়া পড়েন। তাঁহারা মনে করেন, যদি চেষ্টা করিয়াও বিফল হইতে হয়, তবে আর শুধু হাঙ্গামা করিয়া দরকার কি?

উপায়ের উৎকর্ষতা বিচারের সূত্র

অনেকে জিজ্ঞাসা করেন, তাহা হইলে আদর্শ প্রণালী কি?

এক কথায় ইহার উত্তর দিতে পারিলে এই সম্বন্ধে স্বতন্ত্র পুস্তক লিখিবার দরকার হইত না। পন্থাগুলির উৎকর্ষ-অপকর্ষের বিচার করিতে হইলে প্রত্যেক প্রণালীকে নিম্নলিখিত সূত্রগুলি দিয়া যাচাই করিতে হইবে।

(১) কার্যকারিতা (Effectiveness), (২) নির্ভরযোগ্যতা (Reliability), (৩) দোষশূন্যতা (Harmlessness), (৪) দম্পতির স্বল্পতম অসুবিধা (Minimum inconvenience), (৫) ব্যবহার সহজসাধ্য (Easy in use), (৬) স্বল্পতম ব্যয়-সাপেক্ষ (Minimum cost)।

কার্যকারিতা অল্প হইলে প্রণালী বিফল হইবে। পূর্ব অধ্যায়ে বর্ণিত প্রণালীগুলি বহুল প্রচলিত হইলেও অকর্মণ্য।

আবার শুধু কার্যকরী প্রণালীও বিশেষ বিশেষ ক্ষেত্রে নির্ভরযোগ্য হয় না; যথা—স্ত্রীলোকের পক্ষে চেক পেসারী সাধারণত কার্যকরী। কিন্তু প্রসবের সময়ে জরায়ুমুখ বিকৃত হইয়া গেলে পেসারীর কার্যকারিতা ব্যাহত হইয়া থাকে। কতক পন্থা আবার সম্পূর্ণ নির্দোষ নয়। প্রায় সব প্রণালীরই অপপ্রয়োগে ক্ষতির আশঙ্কা থাকে। চশমা, কৃত্রিম দাঁত ইত্যাদির বেলাও এই কথা খাটে। কোন্ প্রণালীতে কি ক্ষতির আশঙ্কা আছে এবং কিভাবে কতটুকু ক্ষতি হইতে পারে তাহা আমরা যথাস্থানে বর্ণনা করিব।

অসুবিধার কথা পূর্বেই বলিয়াছি। প্রায় প্রত্যেক প্রণালীতেই কিছুটা অসুবিধা হইবেই। তবে ইহারও তারতম্য আছে। কতক প্রণালীতে অসুবিধা নামে মাত্র। ব্যবহার সহজসাধ্য না হইলে মস্তবড় অসুবিধা। দম্পতির মিলন ইচ্ছাসাপেক্ষ,—ঘরে-বাহিরে, ভ্রমণে—যেখানে ইচ্ছা অবাধ মিলনের স্বাধীনতা তাহাদের অত্যন্ত ন্যায্য অধিকার। কষ্ট-সাধ্য বা আয়োজন সাপেক্ষ প্রণালী তাহাদের অসুবিধা ও বিরক্তিরই কারণ হইবার কথা। ব্যয়ের কথাও নিতান্ত তুচ্ছ নহে। **জন্মনিয়ন্ত্রণ ধনী অপেক্ষা গরীব দম্পতিরই বেশী দরকার।** বহু ব্যয়সাধ্য প্রণালী ইহাদের সঙ্গতির বাহিরেই পড়িবে।

সর্বোৎকৃষ্ট প্রণালী

এই সমস্ত কথা বিচার করিয়া বলিলে বলিব, আপাতত পুরুষের পক্ষে ভিতরে ও বাহিরে শুক্রকীটনাশক জেলী মাখানো কনডম বা খাপ ও নারীর পক্ষে ঐরূপ পেসারীই সর্বোৎকৃষ্ট। এই দুইটি প্রণালী সম্পর্কে আমরা বিস্তারিতভাবে আলোচনা করিব। অন্যান্য পন্থার বিস্তৃত আলোচনা আমার অপর পুস্তকগুলিতে করা হইয়াছে।

ব্যবহার-বিধি

ব্যবহার-বিধি সম্বন্ধে আরও দুই-একটি কথা এখানে বলা দরকার।

(১) যন্ত্রপাতি ও ঔষধপত্র ব্যবহারের পূর্বে দেখিয়া লইতে হইবে উহা টাটকা এবং

বিশ্বাসযোগ্য জায়গার কিনা। অনেক ভাল ঔষধ পচিয়া দুষ্ট ও বিষের মত হইয়া যায়।*

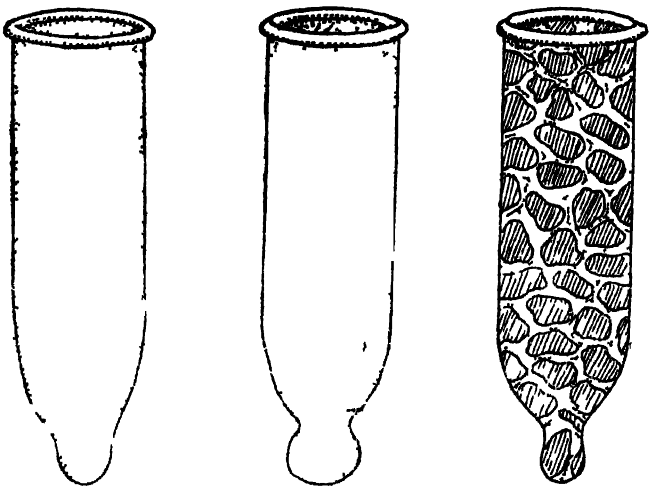
(২) রবারের জিনিসপত্র ব্যবহারেও অনুরূপ সাবধানতার আবশ্যকতা আছে। ঐ সকল জিনিস ভালমত ধুইয়া এবং সম্ভব হইলে sterilize বা নির্দোষ করিয়া রাখা বা লওয়া উচিত।

(৩) নিজের হাত ও জননেন্দ্রিয় (দুই-ই) পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন রাখা ও নখ কাটা ও ঘষা থাকা উচিত। অশিক্ষিতা ধাইয়ের হাতের সঙ্গে দুষ্ট বীজাণু প্রবেশ করিয়া প্রসূতির জীবন কত বিপন্ন করে তাহা এই দেশে অনেকেরই জানা আছে।

(৪) অনেকে একটি মাত্র পন্থা অবলম্বন কাবিযা সন্তুষ্ট থাকেন না। সম্পূর্ণভাবে সফল হইতে চাহিলে দুই বা ততোধিক পন্থা একত্রে অবলম্বন করা ভাল। যথা কনডমের সহিত আবাব শুক্রকীটনাশক জেলী বা পেসারীর সহিত ঐরূপ কোন ঔষধ ব্যবহার করিলে গর্ভসঞ্চারের আশঙ্কা আরও কম হইবে। অনেকে দুইটি পাতলা কনডম উপর্যুপরি ব্যবহার করেন। আবার স্বামী কনডম ও স্ত্রী পেসারী পরিয়া আরও নিশ্চিত হন।

কনডম বা খাপ

কনডম বা খাপ (Malthus sheath, Condom, French Letter বা F. L.)—ইহা পুরুষের ব্যবহারোপযোগী। এই কনডম বা ক্যাপ একটি চামড়ার বা



৪নং চিত্র—নানারকম কনডম।

---

* বড় বড় ডাক্তারী দোকানে খাঁটি রবারের সরঞ্জাম ও কেমিক্যাল ঔষধপত্র পাওয়া যায়। সরকারী ফ্যামিলী প্ল্যানিং অফিস এখন প্রায় সকল জায়গায়ই আছে। সেখান হইতে সস্তা দামে ক্রয় করিবেন।

রবারের থাপ। ইহার একদিক খোলা এবং অপরদিক বন্ধ। কনডমের নামকরণ হইয়াছে কর্নেল কনডমের নাম হইতে। তিনি দ্বিতীয় চার্লস্-এর সময়ে এইরূপ খাপের প্রচলন করেন।

এই ক্যাপ সাধারণত চারি প্রকারের। তন্মধ্যে তিন প্রকারের ক্যাপের মাথায় ৪৮ পৃষ্ঠার ৭নং চিত্রে প্রদর্শিত পুঁটুলি আছে। ঐ পুঁটুলিই শুক্রাধার। ছবিতে ক্যাপের যে আকৃতি দেওয়া হইয়াছে উহা খোলা আকৃতি, পরাইবার পর উহারা ঐ আকৃতিপ্রাপ্ত হয়। উহার মুখে যে আংটি আছে ঐ আংটির উপর উহা বল্টানো (গুটানো) থাকে। নির্গমের পরে সমস্ত শুক্রই এই খাপের অগ্রভাগস্থ আধারে আটকাইয়া যায়, এক বিন্দুও বাহিরে পড়িতে পারে না। ডগায় বোঁটাওয়ালা কনডমগুলি কম ফাটে। চামড়ার চাইতে রবারেরগুলিই ভাল। চামড়ার কনডম মাপে ছোট হইলে অর্থাৎ পরনে টাইট হইলে সহজে ছিঁড়িয়া যাইতে পারে, আবার বড় বা ঢিলা হইলে সহবাসের সময় খুলিয়া যাইতে পারে। রবারের হইলে উহা সম্প্রসারণশীল হয় এবং তজ্জন্য ফাটিবার বা খুলিবার ভয় কম থাকে।

অসুবিধা ঃ ইহা নারী-পুরুষের ত্বকের সংস্পর্শে বাধা জন্মায় বলিয়া আনন্দের কতকটা ব্যাঘাত হয়। কনডম পরিবার পূর্বে বা পরক্ষণেই অনেক পুরুষের পুরুষাঙ্গ শিথিল হইয়া যায়। যোনিগহ্বরে এবং জরায়ুমুখে শুক্রপাত নারীর পক্ষে পুলকদায়ক। ভ্যান ডি ভেল্ডি ও মেরী স্টোপ্সের অভিমত এই যে, নারীর যোনিগহ্বরে পুরুষের শুক্র পতিত হইলে নারীর দেহ শুক্র শুষিয়া লয়; এই শোষণক্রিয়া নাকি নারীর স্বাস্থ্যের পক্ষে উপকারী। কিন্তু অনেক পণ্ডিত এই বিষয়ে সন্দেহ প্রকাশ করেন। কমডম প্রথমবারে পুরুষাঙ্গে আঁটসাঁট বোধ হয়; কোনও কোনও নারী সামান্য জ্বালা বোধও করে।

সুবিধা ঃ জন্মনিরোধে কমডমের কার্যকারিতা অব্যর্থ বলিয়া সামান্য অসুবিধা সত্ত্বেও পুরুষ ইহা বহুল পরিমাণে ব্যবহার করিয়া থাকে। অসুবিধার বিপক্ষে আবার বলা যায় যে, ইহা ব্যবহার করা অতি সহজ। ডাক্তারের বা অন্য কাহারও সাহায্যের বা পরামর্শের দরকার হয় না। বিবাহের পরে প্রথম প্রথম স্ত্রীর অনিচ্ছা ও অপটুতার দরুন স্বামীর পক্ষে একতরফা সাবধানতা ইহা দ্বারাই অবলম্বন করা চলে। নারী অবাঞ্ছিত গর্ভাধান এড়াইতে পারিবে জানিয়া, উভয়েই নিশ্চিন্তভাবে মিলিত হইতে পারে। অপেক্ষাকৃত ভাল টেকসই কমডম কিনিলে একটিই ধুইয়া ধুইয়া কয়েকদিন ব্যবহার করা যায়। এই জন্য খরচও খুব সামান্য পড়ে। ইহা যেখানে সেখানে বহন করিয়া লইয়া যাওয়া সহজ। বিবাহের পরে সতীচ্ছদ ছিন্ন হইবার পূর্বেই ইহা ব্যবহার করা যায়। এইরূপ ক্ষেত্রে অন্য কোনও উপায় অবলম্বন করা মুশকিল। পুরুষাঙ্গের উপরে আবরণের মত থাকায়, স্পর্শশীলতা কমিয়া যাওয়ায় পুরুষ অধিক সময় বীর্যধারণ করিতে পারে। আবার নারীর সিফিলিস, গনোরিয়া ইত্যাদি রোগ থাকিলে অপরের

শরীরে সংক্রামিত হইতে পারে না। প্রথম প্রথম উভয়ের সামান্য অসুবিধা বোধ হইলেও অভ্যস্ত হইয়া গেলে ইহার ব্যবহার অতি সহজসাধ্য মনে হয়।

ব্যবহার-বিধি

১। স্নো-এর কৌটা বা কোন টাইট ফিট করা ছিপিযুক্ত বড় মুখওয়ালা ছোট শিশিতে কনডম রাখিবেন। ইহাতে কীট বা অন্য কিছু উহা কাটিতে বা নষ্ট করিতে পারিবে না। জলের মধ্যে অথবা খড়িগুঁড়া বা পাউডার মাখাইয়া রাখা উচিত।

২। শয্যাগ্রহণ করিবার পূর্বেই কনডমটি ভাল করিয়া পরীক্ষা করিয়া দেখিবেন ইহাতে কোন ফুটা বা ছিদ্র আছে কিনা। পরীক্ষা-প্রণালীর কথা পরে বলিতেছি।

৩। পরীক্ষায় কনডম ভাল বোধ হইলে উহাকে সাবান দিয়া ধুইয়া মুছিয়া, বলটাইয়া (গুটাইয়া) উহার ভিতরে বাহিরে শুক্রকীটনাশক জেলী বা মলমজাতীয় ঔষধ লাগাইয়া শিশির মধ্যে বন্ধ করিয়া শয্যায় লইয়া যাইবেন। ইহাতে কনডম ছিঁড়িয়া গেলেও বিশেষ ভয় থাকে না।

উক্তরূপ জেলী বা ঔষধের উল্লেখ একটু পরেই করিতেছি। জেলী ভিতরে ও বাহিরে লাগাইয়া কনডম ব্যবহার করিলে নারীর পক্ষেও আরাম বোধ হয়। কারণ, প্রায় জেলীই বেশ ঘন, আঠালো এবং পিচ্ছিল। আমরা কনডমের সহিত কোনও ভাল জেলী ব্যবহার করাই অনুমোদন করি। শুষ্ক কনডম ব্যবহার করিলে নারীর অঙ্গে ব্যথা লাগিবার কথা। ঐরূপ জেলী না পাওয়া গেলে সাবানের ফেনা কিম্বা মুখে লাগাইবার কোনও রকম ক্রীম মাখাইলেও চলিবে এবং নারীদের পক্ষে যথেষ্ট আরামদায়ক হইবে।

৪। তৈল বা চর্বিজাতীয় কিছু মাখানো উচিত নয়, কারণ উহা রবারকে নষ্ট করে।

৫। কনডম পরিবার পূর্বে যেন পুরুষাঙ্গ নারীর অঙ্গে না লাগে। অনেকে খানিকক্ষণ মুক্তসহবাস করিয়া পরে কনডম পরে এই ভাবিয়া যে, শুক্রস্খলনের তখনও দেরি আছে। ইহা মস্ত ভুল। কারণ শুক্রকীট প্রাথমিক রসের সহিতও বাহির হইতে পারে।

৬। একই রাত্রে একাধিকবার সঙ্গমেচ্ছু হইলে একাধিক কনডম একাধিক শিশিতে লইবেন। বিবাহের পরে প্রথম প্রথম এইরূপ ইচ্ছা থাকা স্বাভাবিক।

৭। যেগুলিতে বোঁটা নাই সেগুলির ডগায় অর্ধ ইঞ্চি স্থান খালি রাখিয়া পরিবেন। বোঁটা থাকিলে সেটি টিপিয়া উহার মধ্যকার বাতাস বাহির করিয়া দিতে হয়, যেন পরিধানের পর বোঁটাটি লিঙ্গের অগ্রে চুপসানো অবস্থায় ঝুলিতে থাকে।

৮। মিলনশেষে লিঙ্গ ছোট হইয়া যাওয়ার পূর্বেই সাবধানে বিযুক্ত হইবেন যেন শুক্র কনডমের গোড়া দিয়া বাহির হইয়া নারীর অঙ্গে না পড়িতে পারে। এইজন্য গোড়ার

দিকে চাপিয়া ধরিয়া বিযুক্ত হওয়া ভাল। কনডম খুলিয়া আবার শিশিতে পুরিয়া বন্ধ করিয়া রাখিয়া দিবেন। ইহাতে আর তখনই শয্যা ত্যাগ করিতে হইবে না।

৯। যাঁহাদের ত্বকচ্ছেদ হয় নাই, অঙ্গের অগ্রভাগের চর্মটি পিছনে টানিয়া কনডম পরিবেন।

১০। সকালে শয্যাত্যাগ করিবার পরে বা স্নানাদি করিবার কালে কনডম ধুইয়া মুছিয়া পাউডার মাখাইয়া ঐ শিশি বা কৌটায় খোলা অবস্থায় অর্থাৎ ভাঁজ না করিয়া ভালমত বন্ধ করিয়া রাখিয়া দিবেন। রৌদ্রবিহীন ঠাণ্ডা স্থানে রাখিতে হইবে। একটি কনডম যত্নে রাখিলে অনেক দিন চলে। কাহারও কাহারও প্রতিবারে নূতন কনডম পরিবার বাতিক থাকে। ইহা অনর্থক অর্থের অপচয়। ধুইয়া রাখিয়া প্রতিবার ব্যবহারের পূর্বে পরীক্ষা করিয়া চালাইলে ভাল কনডমে ১১/১২ বারও চলে।

ভাল জিনিসের পরিচয়

জোড়বিহীন Latex রবারের হইলেই ভাল। তৈয়ারীর তারিখ যাহাতে ছাপা আছে এমন জিনিস কেনাই ভাল, কত পুরাতন বোঝা যায়। বলা বাহুল্য, যত কম পুরাতন হয় ততই ভাল। একেবারে প্রস্তুতকারীদেব নিকট হইতে অথবা যে সকল বড় দোকানে বেশী বিক্রয় হয় সেখান হইতে ক্রয় করা উচিত।

London Rubber Co., 22, Old Street, London, E. C-এর JUDUREX বেশ ভাল জিনিস। এইদেশে যেগুলি পাওয়া যায় তাহার মধ্যে যেগুলি ভাল নিম্নে তাহাদের নাম দেওয়া হইল—

L A T E X (টেকসই, ধুইয়া ব্যবহার করা যায়)।
P R E V A X („ „ „ „ „)।
P R E N T I F („ „ „ „ „)।
S I L V E R T E X („ „ „ „ „)।

Three S A F E S (Made in U. S. A.)—তিনটি করিয়া টিনের কৌটায় থাকে।

এখন পরিবার পরিকল্পনা বিভাগের উদ্যোগে 'রাজা' নামে ভাল কনডম সস্তায় পাওয়া যায়।*

ভাল জিনিস একটিতেই কয়েকবার চলে। পুরাতন বইগুলি একবার ব্যবহারের পরেই উহা ফেলিয়া দিতে বলে কিন্তু ইহা নিরর্থক। বিশেষভাবে মনে রাখিতে হইবে যে, কনডম ব্যবহার করিবার পূর্বেই আবার পরীক্ষা করিয়া লইতে হয়। পূর্বাহ্নে পরীক্ষা করা হইয়াছে বলিয়া নিশ্চিন্ত থাকিতে নাই; কারণ, ইতিমধ্যে ছিদ্র দেখা দিতে পারে।

---

* ৫৯ পৃষ্ঠায় দেখুন বাংলাদেশে বর্তমানে কি কি যন্ত্রপাতি, ঔষধ পাওয়া যায়।

পরীক্ষা-প্রণালী

হাওয়া ভরিয়া ফানুস বা ফুটবলের ব্লাডারের মত ফুলাইয়া মুখমণ্ডলের উপর ঘুরাইয়া ঘুরাইয়া দেখা যায়। ছিদ্র থাকিলে হাওয়া বাহির হইয়া মুখমণ্ডলের লাগে ও টের পাওয়া যায়।

জল ভরিয়া ফুলাইয়া উপরটা মুছিয়া দেখিতে হয় কোন স্থান দিয়া জল বাহির হয় কিনা। সামান্য ছিদ্র থাকিলেও কনডম ব্যবহারের অনুপযুক্ত।

যদি সহবাসের সময়ে ছিঁড়িয়া গিয়াছে বলিয়া ধারণা করা যায় তাহা হইলে তৎক্ষণাৎ বিযুক্ত হইয়া কনডমটি পরীক্ষা করিবেন এবং বাস্তবিকই ফাটিয়া বা ছিঁড়িয়া গিয়াছে



৫নং চিত্র: কনডমগুলিকে এইভাবে ফুলাইয়া মুখমণ্ডলেব উপর ধরিয়া পরীক্ষা করিতে হয়। এইরূপে ফুলাইয়া জলের মধ্যে ডুবাইয়াও পরীক্ষা করা যায়। ফুটা বা ছিদ্র থাকিলে হাওয়া বাহির হইয়া বুদ্‌বুদের সৃষ্টি করিবে।

দেখিলে স্ত্রী অমনি উঠিয়া শুদ্ধ জলের, সাবান জলের বা শুক্রকীটনাশক কোনও লোশনের ডুস লইবেন বা শুদ্ধ ঠাণ্ডা জল দিয়া উত্তমরূপে জননেন্দ্রিয়ের ভিতর-বাহির ধুইয়া ফেলিবেন।

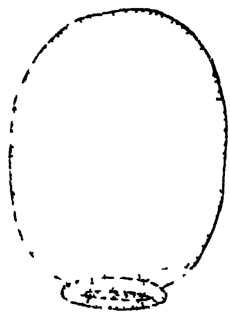
প্রসার

সর্বপ্রকার উপায়ের মধ্যে ইহার সর্বাপেক্ষা অধিক প্রচলন। ইউরোপে ও আমেরিকায় ইহার প্রচলন কোটি কোটিরও বেশী। পতিতা-গমনে ইচ্ছুক সৈনিকেরা রতিজ রোগ সংক্রমণের ভয়ে ইহা ব্যবহার করিতে অভ্যস্ত।

আমেরিকান টিপ (American Tip)

ইহা কনডমের ক্ষুদ্র সংস্করণ। ইহা সমগ্র লিঙ্গকে আবরিত করিয়া রাখে না, কেবল অগ্রভাগে লাগিয়া থাকে; সেইজন্য কনডমের চেয়ে ইহাতে উভয়েরই সুখানুভূতি খানিকটা বেশী হয়।

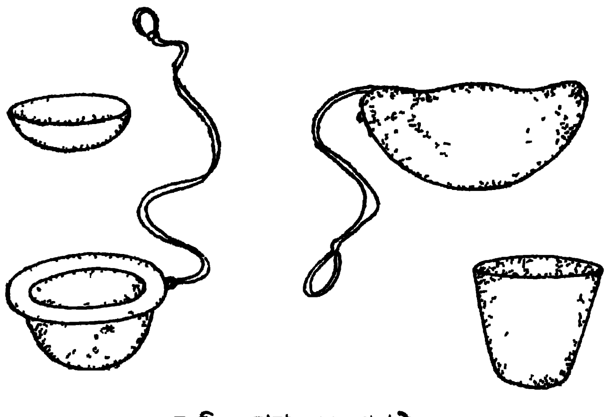
অসুবিধার মধ্যে ঢিলা হইলে ইহা খুলিয়া যাইবার ভয়, আবার খুব টাইট হইলে বেদনা অনুভূত হইবার সম্ভাবনা।



৬নং চিত্রঃ আমেরিকান টিপ বা অর্ধ-কনডম।

রবারের পেসারী

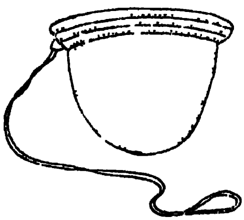
ইহা স্ত্রীলোকের ব্যবহারের জন্য। ইহা বিভিন্ন আকৃতির হইয়া থাকে, তবে ৭নং চিত্রে প্রদর্শিত চারি প্রকারই খুব বেশী প্রচলিত।



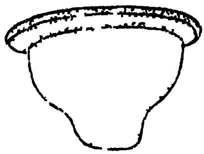
৭নং চিত্রঃ নানারকমের পেসারী।

পেসারী দেখিয়াই বুঝা যাইবে যে, উহা নারীর জরায়ুমুখে পরাইয়া দিলে জরায়ু-গ্রীবায় টাইট হইয়া লাগিয়া থাকিবে। জরায়ুগ্রীবায় পেসারী চাপিয়া জরায়ুমুখ একেবারে বন্ধ থাকিবে। কাজেই পুরুষের শুক্র জরায়ুতে প্রবেশ করিতে পারিবে না। অথচ নারী অঙ্গের প্রায় সবটুকুই উন্মুক্ত থাকিবে।

চেক পেসারী—পেসারীর মধ্যে চেক (Cheek), সার্ভিক্যাল (Cervical) বা প্রো-রেস (Pro-race) পেসারী ছোট, মাঝারি আর বড় এই তিন মাপের হয়, যাহার যাহা

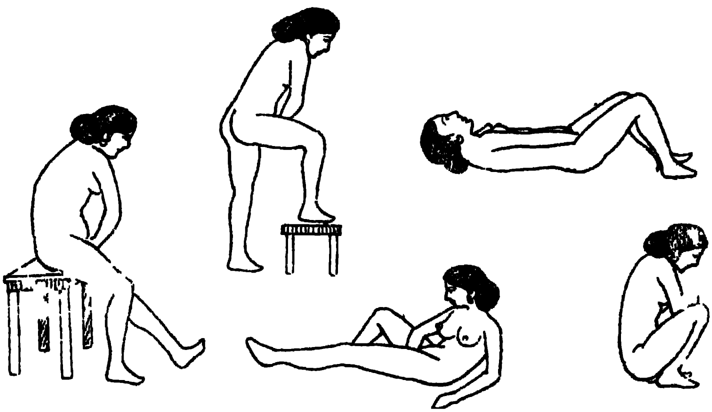


৮নং চিত্র



৯নং চিত্র

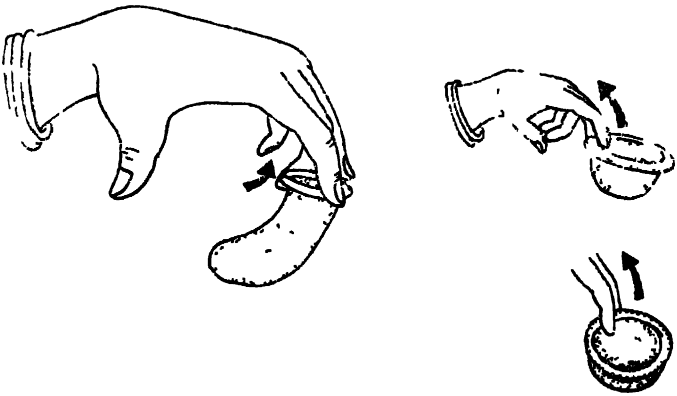
খাটে। জরায়ুর গলায় লাগাইবার সময় এই পেসারীর মুখ জরায়ুর দিকে থাকিবে। আর একরকম পেসারী (যাহাকে ডাচ পেসারী বলে) আছে, তাহা পরিধান করিবার কায়দা আলাদা রকমের।



১০নং চিত্র : চেক পেসারী পরিধানের পদ্ধতি।

চেক পেসারী পরিধান করিবার কায়দা—চিৎ হইয়া শুইয়া অথবা পায়ের ভরায় বসিয়া পেসারী পরিতে (১০নং চিত্র) পারা যায়।

পেসারীর যে আংটি থাকে সেটা ডান হাতের বুড়ো আঙ্গুল আর তর্জনীর মধ্যে চাপিয়া ধরিয়া এমনভাবে প্রবেশ করাইতে হয় যেন পেসারীর মুখ জরায়ুর দিকে থাকে আর আগার দিকটা যোনিতে প্রবেশ করে। যোনির মধ্যে পেসারী দিয়া বুড়ো আঙ্গুল



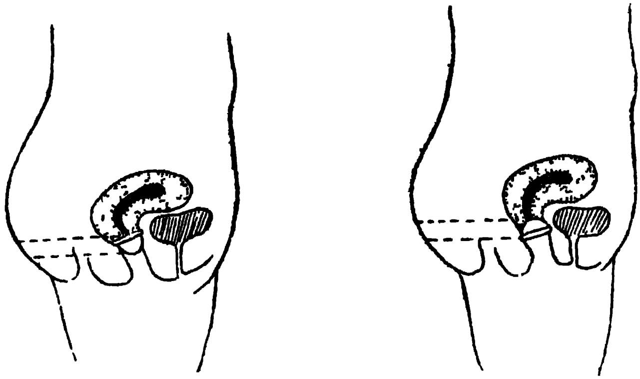
১১নং চিত্র: খুলিবার কায়দা।

আর তর্জনী দিয়া উপরে আর কিছুটা পিছন দিকে চাপ দিলে আপনিই জরায়ুর গলা চাপিয়া ধরিয়া টাইট হইয়া লাগিয়া যায়। তর্জনী দিয়া আংটিটা পরীক্ষা করিলে বুঝা যায় পেসারী ঠিকমত লাগিল কিনা। একটু আধটু কুচকিয়া যদি বা থাকে, তাহাতে এমন কিছু ক্ষতি হয় না।

এই পেসারীগুলির সুবিধা এই যে, মেয়েরা যে-কোনও মুহূর্তে লাগাইয়া রাখিতে পারে আর অঙ্গের মধ্যে থাকিলে কোন অসুবিধাও হয় না। তবে মিলনের সময় নড়াচড়ায় একটু এদিক-ওদিক হইয়া যাইতে পারে। এইগুলি সহজে খুলিবার জন্য আংটিতে একটি রেশমী সূতা লাগানো থাকে। যাহাদের অভ্যাস আছে তাহাদের ঐটিরও দরকার হয় না। তর্জনী নীচের দিকে চালাইয়া আংটিতে টান দিলেই পেসারী খুলিয়া আসে (১১নং চিত্র)। কিন্তু যাহাদের আঙ্গুল যোনিনালীর চাইতে খাটো তাহারা এই পেসারী ঠিকমত বসাইতে পারে না, তাহাদের পক্ষে স্বামীর সাহায্য লওয়াই ভাল।

ডাচ্ পেসারী (ডায়াফ্রাম)—যাহাদের জরায়ু-গলা খুব খাটো তাহাদের চেক পেসারী ব্যবহারে অসুবিধা আছে। তাহাদের জন্য ডাচ্ পেসারীই ভাল। চেকের সঙ্গে ডাচের তফাৎ এই যে প্রথমটির মুখ থাকে জরায়ুর দিকে আর দ্বিতীয়টি অর্থাৎ ডাচ্ পেসারীর মুখ থাকে বাহিরের দিকে, জরায়ুর দিকে থাকে পিঠ—অনেকটা ডেক্‌চির মুখে উল্টা সরাইয়ের মত। কিন্তু তবু জরায়ু-গলায় এই পেসারীও বেশ টাইট বা শক্ত হইয়াই লাগিয়া থাকে।

১২নং চিত্রে দুই প্রকার পেসারী জরায়ু মুখে কিভাবে বসিয়া থাকে উহার পার্থক্য প্রদর্শিত হইল।



চেক পেসারী ডাচ পেসাবী

১২নং চিত্র

এই পেসারীগুলি ব্যবহার কবা আগেরগুলির চেয়ে একটু শক্ত। ইহা জানে এমন কাহাকেও দিয়া গোড়ায লাগাইয়া লইতে হয়। ইহার আবার অনেক রকম মাপও হয়, ঠিক মাপ বাছিয়া লইতে হয়।

ইহাতে যোনিপ্রাচীর সামান্য বাড়িয়া যায় আর জরায়ুর গলার কাছের স্নায়ুগুলি ঢাকিয়া রাখিবার দরুন আনন্দেরও অনেক ব্যাঘাত হয। মুখের কিনারের মধ্যে যে স্প্রিং থাকে সেটি ভাঙিয়া গেলেও যোনিপ্রাচীবের ক্ষতি হইতে পারে।

এইসব কাবণে নারীকে শুধুমাত্র একদিন কোনও ডাক্তার বা নার্স বা ফ্যামিলী প্ল্যানিং অফিসে গিযা ঠিক মাপের জিনিস লইয়া শিখিয়া আসিলে আর বাকী জীবনে তাহাব কণ্ট হয না।

ডাচ্ পেসারী পরিধান করিবার কাযদা—ইহার জন্য চেক পেসারী যেমনভাবে লাগাইতে হয়, তেমনিভাবে বসিতে হইবে। তারপর ডানহাতের বুড়ো আঙ্গুল আর তর্জনী দিয়া পেসারীটিকে এমনভাবে যোনির মধ্যে প্রবেশ করাইয়া দিতে হইবে যাহাতে পেসারীর মুখ বাহিরের দিকে থাকে। তারপর তর্জনী দিয়া পেসারীকে উপরের দিকে যতদূর সম্ভব ঠেলিয়া দিতে হইবে আর পেসারীর ঢাকনির উপর জরায়ু অনুভব করিয়া লইতে হইবে। খুলিবার সময়েও তর্জনী দিয়া খোলা যায়।

দুই রকম পেসারীতেই ভিতর-বাহিরে কোনও রকম জেলী (যেমন অর্থ গাইনল বা 'এমকো') লাগাইয়া লইলে নিঃসন্দেহ হওয়া যায়। মিলনের অন্ততঃ ৬/৭ ঘণ্টার পর পেসারী খুলিতে হয়। তাহার আগে নহে।

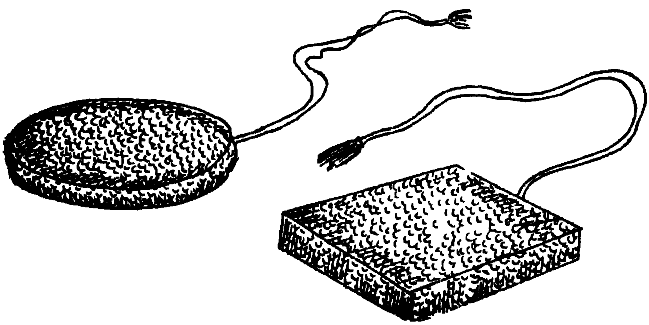
অভ্যস্ত হইলে এই পেসারী লাগানো সহজ ও খরচ নামে মাত্র। একটিতেই এক বৎসরের মত চলে। নারী বুঝিতেই পারে না যে যোনির ভিতরে কিছু আছে, আর পুরুষ মিলনে একেবারে স্বাভাবিক সংগমেরই আনন্দ উপভোগ করে। আমরা ইহা নিজেরা ব্যবহার করি ও অপরের জন্যও সুপারিশ করি।

নারী অঙ্গের গঠন প্রণালী সম্পর্কে অজ্ঞ নর ও নারী ভুল বুঝিয়া ভয় পায় এই বলিয়া যে, এসব পেসারী সরাসরি পেটে ঢুকিয়া যাইবে। এই ভয় সম্পূর্ণ অমূলক। জরায়ুর মুখ অত্যন্ত সংকীর্ণ। তাই ঐ পথ দিয়া অমন কিছু ঢুকিতেই পারে না।

মেয়েদের জন্য কনডম বা ফিমেল শীথ (Female Sheath)—ইহাও রবারের খাপবিশেষ। মেয়েরা পরিলে একেবারে সমস্ত যোনিনালীটিই জুড়িয়া বসে। সেটি পুরুষের পক্ষে অসুবিধাজনক, শুধু রবারের মধ্যেই যেন রতিক্রিয়া সারিতে হয়। তবে যদি না ফাটিয়া বা ছিঁড়িয়া যায় তবে উহার উপর বেশ নির্ভর করা যায়। অসুবিধাজনক বলিয়া আমরা উহা সমর্থন করি না।

স্পঞ্জ

আর একরকম কৌশল স্পঞ্জ ব্যবহার। স্পঞ্জ কাহাকে বলে বোধহয় সকলেই জানেন। এই স্পঞ্জেরই নরম আর ভাল দেখিয়া একটি টুকরা ঠাণ্ডা জলে বা ফিটকিরি ভিজানো জলে ভিজাইয়া নিংড়াইয়া লইয়া যোনিনালীর মধ্যে আঙ্গুল দিয়া চাপিয়া জরায়ুর মুখে লাগাইয়া দিতে হইবে।



১৩নং চিত্র : বর্তমান স্পঞ্জ।

আজকাল রবারের একরকম নকল স্পঞ্জ বাহির হইয়াছে। তাহার মধ্যে আবার কতকগুলিতে টানিয়া বাহির করিবার জন্য সিল্কের ফিতাও লাগানো থাকে। শুক্রকীট মারিয়া ফেলে এমন কোনও ঔষধ (যাহাদের কথা পরে বলা হইতেছে, বা 'অলিভ অয়েল', 'চিনোসল' এই সবেও চলে) উহাতে লাগাইয়া ব্যবহার করিলে ফল ভাল হয়। এই

উপায়ের মস্ত সুবিধা এই যে ইহাতে খরচ খুবই কম আর সেই জন্য গরীবদের পক্ষে ব্যবহার করা সহজ। লাগাইবার হাঙ্গামাও ইহাতে কম। অসুবিধার মধ্যে নিয়মিত গরম জলে ফুটাইয়া পরিস্কার রাখা, মিলনের সময় জায়গা হইতে নাড়িয়া যাইবার সম্ভাবনা, এইসব। তাহা হইলেও গরীব আর অশিক্ষিতদের পক্ষে ইহা মোটামুটি সব দিক দিয়াই ভাল।

স্পঞ্জের বদলে অনেকে তুলা, লিণ্ট, নানারকম কাগজ বা পাখির পালকের গুটিও ব্যবহার করিয়া থাকে, কিন্তু স্পঞ্জটিই উত্তম। আবার স্পঞ্জ-কাপ পেসারী (Sponge cup pessary) বলিয়া রবারের তৈরী জিনিসের মত আর কোনওটিই নয়। ব্যবহারের পরে দুই মিনিট জলে ফুটাইয়া লইয়া নিংড়াইয়া শুকাইয়া পরের বারের জন্য রাখিয়া দিতে হয়।

গরীব লোকদের জন্য বিনা খরচে সম্ভবপর লবণ জলের ব্যবহার

১। পুরান শাড়ী অথবা গেঞ্জী কাটিয়া তাহা লইয়া একটি পট্টি (প্যাড) তৈয়ার করুন। আকার হইবে--চওড়ায় দুই ইঞ্চি আর লম্বায় হাতের তালুর সমান অর্থাৎ তিন কি সওয়া তিন ইঞ্চি। কাপড় ৬ কি ৮ ভাঁজ করিয়া চার কোণা সেলাই করিলেই প্যাড তৈয়ার হয়। প্যাডটির মাঝামাঝি সেলাই করিয়া ৩/৪ ইঞ্চি লম্বা খানিকটা মোটা সুতা একপাশে বাহির করিয়া রাখিলে ব্যবহারের পর প্যাডটি বাহির করা সোজা হইবে।

এক ভাগ খাইবার লবণ ৩ ভাগ পরিষ্কার জলে মিশাইয়া বেশ করিয়া নাড়িবেন। যখন দেখিবেন কিছু লবণ তখনও গলে নাই তখন বুঝিবেন লবণের পরিমাণ ঠিক হইয়াছে।

কাপড়ের প্যাডটি ঐ লবণ জলে খুব ভাল করিয়া ভিজাইয়া লইতে হইবে আর সহবাসের পূর্বে উহাকে স্ত্রী অঙ্গের ভিতরে যতদূর আঙ্গুল যায় ততদূর পর্যন্ত প্রবেশ করাইতে হইবে। সহবাসের পর ৬ হইতে ৮ ঘণ্টা পর্যন্ত প্যাডটি বাহির করিবেন না। পরে বাহির করিয়া ভাল জলে ধুইয়া ও শুকাইয়া আবার ব্যবহারের জন্য রাখিয়া দিবেন। যত্ন করিয়া রাখিলে একটি প্যাডই কয়েক মাস ধরিয়া বারবার ব্যবহার করা চলে। লবণ জলের লোশন তৈয়ার করিয়া বোতলে ভরিয়া রাখিয়া দরকার মত বার বার ব্যবহার করা সম্ভব।

লবণ জল ব্যবহারে স্ত্রীজননেন্দ্রিয় পরিষ্কার থাকে। জ্বালা-যন্ত্রণা হয় না। তৈয়ার করা সহজ, কোনও খরচ নাই এবং ঘরেই করা যায়। প্রত্যেক সহবাসের পূর্বে ব্যবহার করিলে গর্ভ হয় না। ব্যবহারে জ্বালা-যন্ত্রণা হইলে বুঝিতে হইবে অঙ্গে ঘা আছে। অঙ্গে ঘা হইলে না সারা পর্যন্ত লবণ জল ব্যবহার করিবেন না। অন্য কোনও প্রণালী অবলম্বন করিবেন।

বাংলাদেশে প্রাপ্তব্য ও ব্যবহার্য যন্ত্রপাতি ও ঔষধাদি

পূর্বেই বলিয়াছি, ১৯৩৬ সাল হইতে বহু পুস্তক প্রবন্ধে জন্মনিয়ন্ত্রণের প্রয়োজনীয়তা ও উহার প্রক্রিয়া সম্পর্কে আমি প্রচারণা করিয়া আসিতেছি।

সরকার মহলে চেতনা জাগিয়াছে বহু পরে। খাদ্যসংকট ও দারিদ্র্যের মূল কারণ এই শতাব্দীর মাঝামাঝি কাল হইতে জনসংখ্যার অতিবৃদ্ধি সারা জগতকে ভাবাইয়া তুলিয়াছে।

ভারতবর্ষে ও আইয়ুবের আমলে (১৯৫৯—৬৮) পাকিস্তান—বাংলায় সরকার পরিবার পরিকল্পনা গ্রহণ করেন। মিসেস ইন্দিরা গান্ধীর প্রথম আমলে খুব কঠোর নীতি গ্রহণ করা হয়। কিছু অত্যাচার, উৎপীড়ন হইয়াছিল বলিয়াও অভিযোগ করা হইত।

এই উপমহাদেশে এখন পরিবার পরিকল্পনার বিরুদ্ধে বলিবার মত কিছুই নাই। বরং যুদ্ধকালীন অভিযানের মত, এক সন্তান আদর্শ, দুইটি সন্তানই যথেষ্ট, তাহার বেশী অমার্জনীয় অপরাধ— এই নীতি প্রচার ও কার্যকরী আইন প্রণয়ন করিতে হইবে।

তৃতীয় গর্ভ হইলে, গর্ভিণী, গর্ভদাতা ও আত্মীয়স্বজনকে বাধ্য করিতে হইবে পরিবার পরিকল্পনা অফিসে জানাইতে ও গর্ভপাত করাইবার আবেদন করিতে। গোপন করিলে আইন করিয়া কঠোর শাস্তির ও চিরতরে বন্ধ্যা করাইবার ব্যবস্থা করিতে হইবে। এই সম্পর্কে কঠোর আইনের বিধান ও প্রয়োগের আশু প্রয়োজন দেখা দিয়াছে। অবহেলায় হইবে সর্বনাশ।

এই পুস্তকের পূর্ব সংস্করণে উল্লেখিত বহু যন্ত্রপাতি ও ঔষুধাদি এখন (১৯৮১-৮২) এখানে পাওয়া যায় না। তাই, এখানে বর্তমানে পাওয়া যায় এমন যন্ত্রপাতি ও ঔষধাদির সন্ধান দিতেছি।

ফ্যামিলি প্লানিং এসোসিয়েশন (বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা সমিতি), ২নং নয়াপল্টন—ঢাকা। এঁরা বহুদিন যাবৎ পরিবার পরিকল্পনার মত ও পথের সন্ধান দিতেছেন। নাম মাত্র মূল্যে জিনিসপত্র সরবরাহ করিতেছেন। নাম লিখাইয়া মাসে মাসে বা প্রয়োজন মত উপদেশ ও উপকরণ পাওয়া যায়।

জন্মনিয়ন্ত্রণ সম্পর্কে কোথায় আরও তথ্য জানা যাইবে

(১) আপনার ডাক্তারের নিকট। (২) আপনাদের স্থানীয় হাসপাতালে। (৩) আপনাদের শহর অথবা থানার স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা কেন্দ্রে। (৪) বাংলাদেশে পরিবার পরিকল্পনা সমিতির কেন্দ্রসমূহে।

কত খরচে

সবগুলি পরিবার পরিকল্পনা কেন্দ্র, হাসপাতাল, বাংলাদেশ পরিবার পরিকল্পনা সমিতির কেন্দ্রসমূহে নিম্নলিখিত মূল্যে পরিবার পরিকল্পনা পদ্ধতিসমূহের দ্রব্যাদি সরবরাহ করা হয়।

(১)	কনডম	·৪০ পয়সা।
(২)	খাওয়ার বড়ি,	·২৫ পয়সা।
(৩)	ফোম বা জেলী	·৭৫ পয়সা।
(৪)	ডায়াফ্রাম	·৫০ পয়সা।

বাহিরের দোকানে বেশী দামে বিক্রয় হয়।

স্ত্রীর অপারেশন হাসপাতালে, পুরুষের অপারেশন হাসপাতাল ও পরিবার পরিকল্পনা কেন্দ্রে উভয়কে বিনামূল্যে করা হয়।

কনডম: তাহিতী (Tahiti); কন্টউর Conture); রাজা

ফোম: ডেলফেন ফোম—Delfen Foam; এমকো ফোম—Emko।

জেলী: করমেক্স জেলী—Koromex Jelly; র‍্যামসেস জেলী—Ramses Jelly।

(ফোম, জেলী সম্পর্কে আলোচনা পরে দেখুন। লাগাইবার জন্য পিচকারী থাকে।)

ফোম ট্যাবলেট—নিও-স্যামপুন ফোমিং ট্যাবলেটস Neo-Sampoon Foaming Tablets—পিচকারী লাগে না। সহজে ব্যবহার্য। ব্যবহার বিধি সঙ্গে থাকে।

" নিও-স্যামপুন লুপ ট্যাবলেট—Neo-Sampoon Loop Tablet.
ঐ ঐ

" জয়—ব্যবহারবিধি প্যাকেটেই থাকে।

জরায়ুতে লাগাইবার—কপার টি (Copper T) পরে উল্লেখিত 'কয়েল'-এর উন্নত সংস্করণ। ডাক্তার দিয়া লাগাইতে হয়।

ইনজেক্‌সন—ডিপো ইস্ট্রাডিয়াল—Depo-Estradiol—ডাক্তারের সাহায্যে।

" —ডিপো-প্রোভেরা - Depo-Provera— " "

ইনজেকশন

ডেপো-প্রভেরা ও নরিসটেরাট জন্মনিয়ন্ত্রণ ইনজেকশন খাওয়ার বড়ির মতই কাজ করে।

(১) যে সকল মহিলার একটি বা তাহার বেশী সন্তান আছে তাঁহারা এই ইনজেকশন লইতে পারেন। বৎসরে মাত্র চারটি ইনজেকশন লইতে হয়।

(২) মাসিক শুরু হইবার ৭ দিনের মধ্যে প্রথম ইনজেকশন লইতে হয়।

(৩) ডেপো-প্রোভেরা ইনজেকশন প্রতি ১২ সপ্তাহ পরপর লইতে হয়। ন্যরিসটেরাট ইনজেকশন প্রথমে প্রতি ৮ সপ্তাহ পর পর ৪টি ইনজেকশন লইতে হয় ও তারপর হইতে ১২ সপ্তাহ পর পর লইতে হয়।

ইনজেকশন লইলে তেমন কোন অসুবিধা হয় না তবে মাসিকে সামান্য অনিয়ম হইতে পারে ; যেমন—

(১) মাসিকের নির্দিষ্ট সময় ছাড়াও অন্য সময়ে সামান্য রক্তস্রাব হইতে পারে।

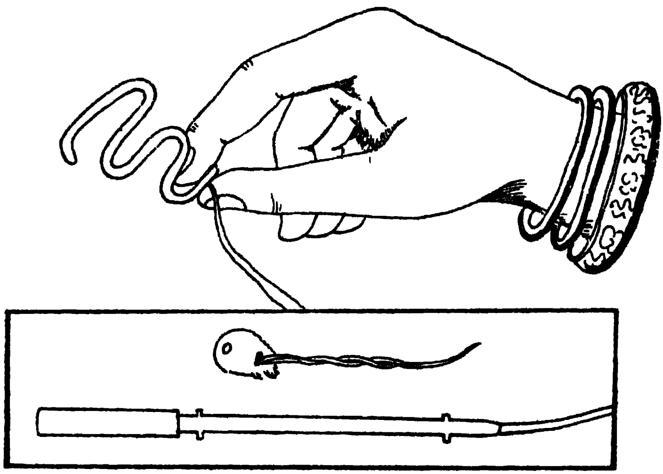
(২) মাসিক বন্ধ থাকিতে পারে অথবা ক্বচিৎ অতিরিক্ত রক্তস্রাব হইতে পারে।

(৩) মেয়েদের জীবনে মাসিকের প্রয়োজন শুধুমাত্র গর্ভ সঞ্চারের জন্যই। তাই সাময়িকভাবে মাসিক বন্ধ থাকা শারীরিক দিক হইতে কোনও প্রকার ক্ষতি-কারক নয়।

ইনজেকশন লইবার পর অতিরিক্ত রক্তস্রাব হইলে প্রথমদিন ৪টি, দ্বিতীয় দিন ২টি তারপর প্রতিদিন একটি করে আরও ৮ দিন পর্যন্ত জন্মনিয়ন্ত্রণের খাওয়ার বড়ি ব্যবহার করিতে হইবে।

খাইবার বড়ি—নরিনীল ট্যাবলেটস—Norinyl Tablets ওরাল কন্ট্রাসেপটিভস Oral Contraceptives (Syntex) ডাক্তারের পরামর্শে ব্যবহার্য।

কয়েল ও লুপ

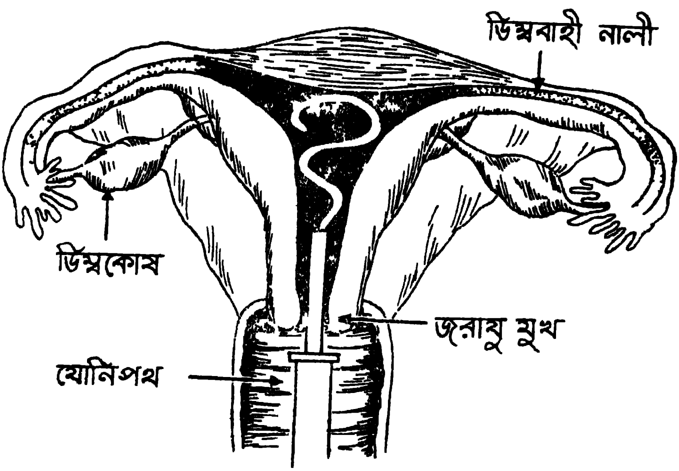


১৪নং চিত্র : কয়েল ও লুপ।

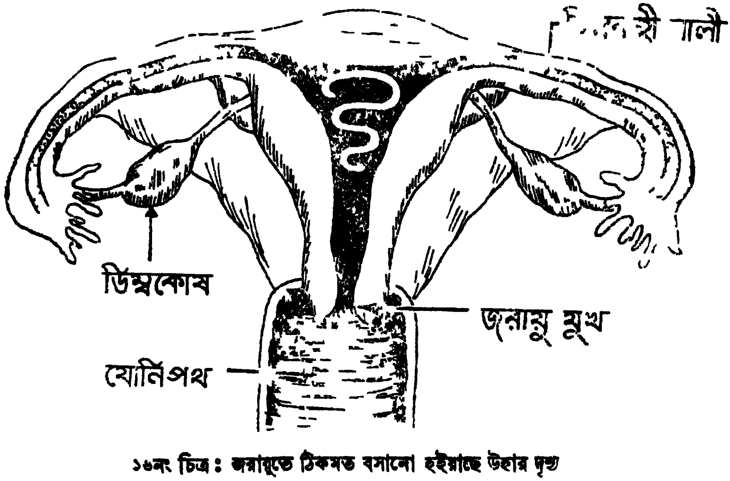
কয়েল আমাদের ও অন্যান্য দেশে অল্পদিনেই অত্যন্ত জনপ্রিয় হইয়াছে। এইগুলি প্লাস্টিকের তৈরি এবং শুধুমাত্র নারীদের ব্যবহারের জন্য।

কয়েল ডাক্তারের সাহায্যে গর্ভাশয়ে প্রবেশ করাইয়া দেওয়া হয়। এই ব্যবস্থার মস্ত বড় সুবিধা এই যে—

(১) যতদিন ইচ্ছা কয়েল গর্ভাশয়ে থাকিতে পারে। ৪ ৫ বৎসরেও হাত দিতে হয় না এমন অনেক দৃষ্টান্ত আছে।



১৫নং চিত্র: কয়েল ও লূপ ঢুকাইবার প্রণালী।



১৬নং চিত্র: জরায়ুতে ঠিকমত বসানো হইয়াছে উহার দৃশ্য

(২) তবে ইচ্ছা করিলে যে কোনও সময়ে খুলিয়াও ফেলা যায়।

(৩) যতদিন এইগুলি গর্ভাশয়ে থাকিবে ততদিন গর্ভ হইবার সম্ভাবনা থাকে না।

(৪) ইহা নিরাপদ, অব্যর্থ এবং কোনও ক্ষতি করে না।

(৫) তবে প্রথম প্রথম কিছুদিন একটু রক্তপাত হইতে পারে, কিন্তু তাহা এত সামান্য যে ভয়ের কিছুই নাই।

(৬) কয়েল লওয়ার সবচাইতে ভাল সময় মাসিক বন্ধ হওয়ার ঠিক পরেই।

(৭) এক বা একাধিক সন্তান আছে শুধু এমন মায়েরাই কয়েল লইতে পারেন।

(৮) অশিক্ষিত বা অলস মেয়েদের পক্ষে ইহার ব্যবহারই সবচাইতে ভাল।

কয়েলের উন্নত সংস্করণ 'কপারটি'র কথা একটু আগেই বলা হইয়াছে।

পিচকারী

অনেক অসুবিধা সত্ত্বেও মিলনের পরে পিচকারীর প্রচলন আছে—পিচকারী লইবার দুই প্রকার প্রচলন আছে।

শুধু জল, কুইনাইনের জল, রজার্স পাউডারের জল, লেবুর রস বা ভিনেগার মিশ্রিত জল ইত্যাদি পিচকারীতে ভরিয়া বার কয়েক পিচকারী করিলে শুক্রকীটসমূহ মরিয়া যায়। তবে পূর্বেই সরাসরি জরায়ুতে শুক্রকীট প্রবেশ করিলে কোন ফল হয় না।

ক্রিয়ার সময়ে স্ত্রী-অঙ্গে ব্যবহৃত পেসারী নড়িয়া বা সরিয়া গিয়াছে বা পুরুষের কনডম ফাটিয়া গিয়াছে অনুভূত হইলে তৎক্ষণাৎ উঠিয়া স্ত্রীলোকের পিচকারী করিয়া লওয়া উচিত। সাবান জল বা ঠাণ্ডা জলও ব্যবহার করা যায়।

গর্ভ নিবারক ঔষধাবলী

সেবন করিয়া গর্ভ নিবারণ করা যায়, এমন ঔষধ কিছুকাল আগে মাত্র আবিষ্কৃত হইয়াছে। তবে আনাড়ী ডাক্তার, কবিরাজ, হেকিমদের বিজ্ঞাপনের আড়ম্বরে ভুলিয়া যাইবার মত লোক এখনও এদেশে বহু। লাগাইবার বা মাখিবার ঔষধের কথা স্বতন্ত্র।

কুইনাইন ও অন্যান্য পেসারী

ইহা কুইনাইন, কোকো প্রভৃতির সংযোগে প্রস্তুত ক্ষুদ্র গোলাকার বটিকা। এই পেসারী মিলনের দশ-পনর মিনিট পূর্বে স্ত্রী-অঙ্গে প্রবেশ করাইয়া লইলে উহা গলিয়া যাইবে। এই ঔষুধের গুণ এই যে, ইহা শুক্রকীট ধ্বংস করে। কাজেই এই পেসারী প্রবেশ করাইবার দশ-পনর মিনিট পরে সঙ্গমে শুক্রপাত হইলে গলিত পেসারী শুক্রকীট-সমূহ বিনষ্ট করিয়া ফেলে। তবে ঔষধ শক্তিশালী না হইলে অথবা না গলিয়া থাকিলে বিফল হওয়ার আশঙ্কা থাকে।

বাজারে প্রচলিত পেসারীর মধ্যে রেণ্ডেলের ও ডকারের পেসারী প্রসিদ্ধ। তন্মধ্যে রেণ্ডেলের পেসারী কুইনাইন ও কোকো মাখনের মিশ্রণে এবং ডকারের পেসারী ল্যাক্‌টিক এসিড ও ম্যাগনেসিয়া ও সাল্‌ফেটের মিশ্রণে প্রস্তুত হয়। এই সমস্ত পেসারী নির্ভরযোগ্য।

ফোমিং ট্যাবলেটের মধ্যে "PRORACE" Chinosol Solubles, "BYMESTON FOAMING TABLETS" এবং Gynomin Tablet ডাক্তারখানায় কিনিতে পাওয়া যায়। স্পারমিন (Spermin) ট্যাবলেটও মন্দ নয়।

সরকারী ফ্যামিলি প্ল্যানিং সমিতি ও সেণ্টার হইতে প্রাপ্তব্য জিনিসের কথা আগেই বলিয়াছি। ঐগুলি সস্তায় পাওয়া যায়।

কুইনাইন মিশ্রিত ঔষধ স্ত্রী অঙ্গে ব্যবহার করিতে কেহ কেহ অনেক অসুবিধা ও অস্বস্তি বোধ করেন। তবুও এই সকল ট্যাবলেটের ব্যবহার খুব হইয়া থাকে।

জেলী, ক্রীম বা পেস্ট (Jelly, Cream or Paste)

অনেক প্রকারের জেলী, ক্রীম বা পেস্ট বাজারে পাওয়া যায়। এইগুলি উভয়ের জননেন্দ্রিয়ে ব্যবহার করিলে উভয়ের অঙ্গ সঞ্চালনেই স্ত্রী অঙ্গে প্রক্ষিপ্ত ও প্রলিপ্ত হইয়া যায় এবং উহাদের শুক্রকীটধ্বংসী মালমসলা গর্ভাধানের প্রতিবন্ধকতা জন্মায়।

উৎকৃষ্ট রকমের জিনিসের নাম উল্লেখ করা গেল—

(১) LAM-BUTT-এর "Contraceptalene" Jelly—টিউবে থাকে। দাম একটু বেশী।

(২) Orthogynol—টিউবে করা। ভাল জিনিস।

(৩) Neuralene—ইহাও টিউবে করা। ভাল জিনিস।

(৪) PATENTEX টিউবে করা। Malgham Bros., Bombay।

(৫) PRENTIF—Lubricating Jelly—বিলাতী, দাম কম। জিনিস ভাল।

(৬) Chinosol Jelly—বিলাতী কৌটায়—দাম কম।

(৭) Preceptin Gel—Ortho Co—টিউবে থাকে।

(৮—১০) Emko, Kormex ও Ramses—পরিবার পরিকল্পনা অফিসগুলিতে পাওয়া যায়।

কনডম বা পেসারীর পরেই এই সকল ঔষধের স্থান। শুধু ইহাই ব্যবহার করিলে দেখিতে হইবে ঃ

(১) জিনিসগুলি খাঁটি ও টাটকা কিনা। পুরাতন হইয়া গেলে কার্যকারিতা কম হইবে।

(২) উপযুক্ত পরিমাণে স্ত্রী অঙ্গে সঙ্গমের পূর্বেই প্রবেশ করাইতে হইবে। জরায়ু-মুখের নিকটে ভালমত লাগাইতে হইবে।

(৩) আবার খুব বেশী ব্যবহার করিলে সমস্ত জায়গা পিচ্ছিল হইবে ও ভিজিয়া যাইবে। ইহাতে দম্পতির সুখানুভূতির ব্যাঘাত হইবে।

(৪) দ্বিতীয়বার সঙ্গম করিতে চাহিলে আর একবার ঔষধ ব্যবহার করিতে হইবে।

অসুবিধা ঃ (১) উপরোক্তভাবে ব্যবহার যথেষ্ট ব্যয়সাধ্য। জিনিসগুলির কতক-গুলির দামও বেশী এবং ব্যবহার করিতেও হইবে বেশ উপযুক্ত মাত্রায়।

(২) অনেকেই ইহা ব্যবহারে কৃতকার্য হন বটে, আবার কেহ কেহ ঠকিয়াও যান।

(৩) অনেক সময়ে সঙ্গমকালে পুরুষাঙ্গের অগ্রভাগ একেবারে জরায়ুমুখে ঠেকিয়া গিয়া ঐখানেই শুক্রস্খলন হইয়া যায়। ইহাতে জেলী বা পেস্ট এদিক ওদিক পড়িয়া থাকিলেও শুক্রকীট একেবারে জরায়ুতে প্রবেশ করিয়া উহাদের হাত এড়াইয়া যাইতে পারে।

এই সমস্ত কারণে আমাদের মত এই যে, শুধু জেলী ব্যবহার না করিয়া **"কনডম বা পেসারীতে ভিতরে ও বাহিরে"** এই রকম জেলী বা পেস্ট ব্যবহার করা উচিত। ইহাতে কনডম বা পেসারী কোনও কারণে ফাটিয়া স্থানচ্যুত হইয়া বা উহাদের গায়ে ছিদ্র হইয়া গেলেও এই ঔষধের সুফল পাওয়া যাইবে।

বন্ধ্যাকরণ

জন্মনিয়ন্ত্রণের নিশ্চিত উপায় বন্ধ্যাকরণ বা Sterilization।

অস্ত্রোপচারের দ্বারা ডাক্তার কি করিয়া অনায়াসে পুরুষ বা নারীকে চিরতরে বন্ধ্যা করিয়া দিতে পারেন তাহার ব্যাখ্যা আমার "জন্মনিয়ন্ত্রণ" ও "Ideal Family Planning" পুস্তকে করিয়াছি। এখানে শুধু ইহাই বলিতে চাই যে—

(ক) চিরতরে বন্ধ্যা হইবার পূর্বে খুব বিবেচনা করিতে হইবে। পরে হয়ত আবার সন্তানলাভের দরকার বা ইচ্ছা হইতেও পারে।

(খ) তবে নারীর শারীরিক বা মানসিক অবস্থা এমন হইতেও পারে যে তাহার পক্ষে পুনরায় গর্ভধারণ অত্যন্ত বিপজ্জনক হইবে। এইরূপ ক্ষেত্রে নিঃসন্দেহ হইবার জন্য উপরোক্ত কোনও পদ্ধতিতে উপযুক্ত ডাক্তারের দ্বারা স্ত্রীকে বন্ধ্যা বা নিজেকে বন্ধ্যা করাইয়া লওয়া সুবিবেচনারই কাজ।

অস্ত্রোপচার করাইয়া একজন বন্ধু কি করিয়া বন্ধ্যাত্ব আনয়ন এবং স্বাস্থ্য ও শক্তির খানিকটা উন্নতিসাধন করিয়াছেন সেই বিবরণ পরবর্তী এক অধ্যায়ে 'বৃদ্ধের পুনর্যৌবন-লাভ' শীর্ষক আলোচনায় দিয়াছি।

নরম্যান, হেয়ারের মতে, (১) উপযুক্ত ডাক্তারের দ্বারা অপারেশন করাইয়া লইলে নারী-পুরুষের শারীরিক বা মানসিক কোন ক্ষতিই হয় না, (২) পুরুষের ক্ষেত্রে অর্থাৎ স্টেনাক সাহেবের প্রক্রিয়ার বন্ধ্যাকরণ শুধু জন্ম নিরোধেরই প্রকারান্তর।

রঞ্জনরশ্মি প্রয়োগেও বন্ধ্যাকরণ সম্ভবপর, কিন্তু মাত্রার আধিক্য হইয়া গেলে বিশেষ ক্ষতির আশঙ্কা থাকে। এখন পর্যন্ত এই প্রক্রিয়া পরীক্ষা-সাপেক্ষ।

পুরুষের শুক্রকীট নারীর শরীরে ইনজেকশন করিয়া নারীকে গর্ভাধান মুক্ত করিবার চেষ্টা চলিতেছে। এখনও নির্ভরযোগ্য ফল পাওয়া যায় নাই।

বন্ধ্যাকরণের উৎকৃষ্ট প্রণালী অস্ত্রোপচার। পুরুষের ক্ষেত্রে অণ্ডকোষের দুইদিক সামান্য চিরিয়া শুক্রবাহী নলিকাদ্বয় কাটিয়া বাঁধিয়া ঐ স্থানটি পোড়াইয়া দেওয়া হয়। এই অস্ত্রোপচার খুবই সহজসাধ্য। ইহাতে খরচও সর্বাপেক্ষা কম এবং চুপিসারে ইহা সম্পন্ন করা যায়। ইহাতে অজ্ঞান করাইতে হয় না, শয্যাশায়ী থাকিতে হয় না। উপযুক্ত ডাক্তার অনায়াসে ইহা করিয়া দিতে পারেন। হাতুড়ে ডাক্তার দিয়া অস্ত্রোপচার করানো বিশেষ বিপজ্জনক।

সাবধানতার দরকার

ভালভাবে করাইয়া লইলে এই অস্ত্রোপচারের পর পুরুষের যৌন-আসক্তি বা আনন্দভোগের কোনই বাধা হয় না। সাধারণের মতই সহবাসে তাহার শুক্রস্খলন হইবে, তবে পরিমাণে কম। আবার ইহাতে শুক্রকীট থাকিবে না। তবে অস্ত্রোপচারের অব্যবহিত পরে ৩/৪ বার সহবাসে অন্য উপায়ে সাবধানতা অবলম্বন করিতে হয়। কনডম ও জেলী বা পেসারী ও জেলী ব্যবহার করা উচিত। সহবাসের সুযোগ না থাকিলে হস্তমৈথুন করিয়া অস্ত্রোপচারের আগে শুক্রকোষে জমিয়া থাকা কীট বাহির করিয়া ফেলিতে হয়। সম্ভব হইলে মাস দুই পরে শুক্র পরীক্ষা করাইয়া শুক্র একেবারে শুক্রকীটশূন্য হইয়া গিয়াছে বলিয়া ধার্য হইলে তারপর হইতে আর কোনও সাবধানতা না করিলেই চলিবে। কারণ তখনও কিছুদিন শুক্রকীট শুক্রকোষে থাকিয়া যাইতে পারে। ইহার পরে আর কোন সম্ভাবনাই থাকে না।

অণ্ডকোষ দূরীকরণ কিন্তু অন্য জিনিস। উহাতে দুইটি কোষই বাহির করিয়া ফেলা হয় এবং তজ্জন্য শরীর, মন ও যৌন স্বাস্থ্যের প্রভূত ক্ষতি হইয়া থাকে। পুরুষ দেহে ও মনে মেয়েলীভাবাপন্ন হইয়া পড়ে। ইহাতে আর সন্তানোৎপাদন ক্ষমতা ফিরিয়া আসে না।

পূর্বোক্ত বন্ধ্যাকরণে পুনরায় সন্তানোৎপাদনের ক্ষমতা ফিরিয়া আসে বলিয়া কোন কোন সুযোগ্য বৈজ্ঞানিক দাবি করিয়াছেন। তাঁহাদের মতে একবার অস্ত্রোপচার করিয়া ঐ রূপ ক্ষমতা ফিরাইয়া আনিতে পারা যায়। এই শেষোক্ত অস্ত্রোপচারে পূর্বে যে শুক্র-কীটবাহী শিরা কাটা হইয়াছে তাহা পুনরায় সংযুক্ত করিয়া দিতে হয়।

তবে আমাদের এই সকল দেশে এই রকম করিবার মত ডাক্তার কম। সুতরাং এই সম্পর্কে আশা রাখা উচিত নয়।

নারীর ক্ষেত্রেও অস্ত্রোপচারে বন্ধ্যাকরণ খুব সহজ। তবে তলপেট কাটিতে হয় বলিয়া উহাতে বড় অস্ত্রোপচার করিতে হইবে। ২/৩ দিন পর্যন্ত বিছানায় শুইয়া থাকিতে

হয়। আবার ক্লোরোফর্ম দ্বারা বেহুঁশ করিয়া বা অন্য প্রকারে আঙ্গিক অবশতা আনাইয়া লইতে হয়। সাধারণত ফ্যালোপিয়ান নল কাটিয়া বাঁধিয়া দেওয়া হয়। উহাদিগকে একেবারে ফেলিয়াও দেওয়া যায়। সর্বোৎকৃষ্ট পথ ঐ নল দুইটির ডিম্বাশয়ের দুই দিকের প্রান্ত দুইটি তলপেটের প্রাচীরে প্রোথিত করিয়া দেওয়া। শেষোক্ত প্রক্রিয়ায় আবার দরকার হইলে অনেক ক্ষেত্রে সন্তানোৎপাদনের ক্ষমতা ফিরাইয়াও আনা যায়। এইরূপ বন্ধ্যাকরণে স্ত্রীর স্বাভাবিক যৌন-আসক্তি ও আনন্দভোগে কোন গোলযোগ উপস্থিত হয় না। মাসিক স্রাবেও কোন গোলযোগ ঘটে না।

নারীর ডিম্বাশয় দুইটি কাটিয়া ফেলিয়া দিয়া উহাকে চিরবন্ধ্যা করা যায় বটে, কিন্তু তাহার পরিণাম খারাপ হইয়া থাকে। ফলে পুরুষের অণ্ডকোষ দূরীকরণের মত নারীর শরীর ও মনের মেয়েলীভাব কমিয়া যায় ও পুরুষালীভাব আসিতে পারে।

নারীর শারীরিক বা মানসিক অবস্থা এমন হইতে পারে যে, তাহার পুনরায় গর্ভধারণ অত্যন্ত বিপজ্জনক। এইরূপ ক্ষেত্রে নিঃসন্দেহ হইবার জন্য উপরোক্ত পদ্ধতিতে উপযুক্ত ডাক্তারের দ্বারা বন্ধ্যা করাইয়া লওয়া সদ্বিবেচনার কাজ হইবে।

লোকসংখ্যা বৃদ্ধির ভয়াবহতা বিবেচনা করিয়া আমরা দুই সন্তানের পর নারীকে বন্ধ্যা করাইবার পরামর্শ দিয়া থাকি।

এখন মেডিকেল কলেজ, ঢাকা বা কলিকাতা এবং জেলা সাধারণ হাসপাতাল ও থানা হাসপাতালসমূহে এই সকল অস্ত্রোপচারের ব্যবস্থা আছে। পরিবার পরিকল্পনা সমিতি কেন্দ্রেও আছে।

খাবার ঔষধ সম্পর্কে আরও কথা

আমাদের এই দেশের কবিরাজি, হেকিমী ঔষধ ও টোটকা, মন্ত্র-তন্ত্র, দোয়া-তাবিজ সম্পর্কে সবাইকে সাবধান করার আজও (১৯৮১-৮২ সালেও) দরকার রহিয়াছে। ঐ সবের বিজ্ঞাপন ও প্রচারের চটকেই লোক ঠকে। ঐ সবে জন্ম নিয়ন্ত্রণের **কোন কাজই হয় না।**

তবে বিদেশে বৈজ্ঞানিক গবেষণার ফলে ১৯৬০ সাল হইতে ইস্ট্রোজেন (Oestrogen) ও প্রোজেস্টোজেন (Progestogen) হরমোনঘটিত নানারকম বটিকা বাহির হইয়াছে। এইগুলির মধ্যে এখানে পাওয়া যায়—

Ovulen (ওভুলেন)—(**Searle**—কোম্পানির নাম); **Ovral 28** (**Wyeh Laboratories**) ; **Lyndiol** (লিণ্ডিওল)—(Organon) ; **Ovostat** (ওভোস্টাট)—(ঐ) ; **Anovler** (অ্যানোভলার)—(Schering) ; **Previsıon** (প্রিভিশন)—(Roussel) ; **Restovar** (রেস্টোভার)—(Organon) ইত্যাদি। নরিনীল ও ওরাল কন্ট্রাসেপ্টিভের কথা আগেই বলিয়াছি।

'মায়া' নামে বটিকা খুব সস্তায় সরকারী সাহায্যে বিতরিত হইতেছে।

এইসব বটিকা ঋতুর সময় বাদে ২১ দিন নিয়মিতভাবে শুইবার আগে নারীকে সেবন করিতে হয়। সেবন-বিধি ঔষধের সঙ্গেই থাকে। ঔষধ মেয়েদের ডিম্বস্ফোটন বা ডিম্বস্খলন রোধ করে। ফলে গর্ভ আর হয় না। কোনও দিন ভুলিয়া যাইতে নাই। তবে একদিন ভুলিয়া গেলে পরদিন ভুলিয়া যাওয়া বটিকা খাইয়া লইলেই হয়। পুরুষ সংসর্গের সম্ভাবনা একদিন হইলেও সারা ২১ দিন বটিকা খাইতে হয়। তবে কেবলমাত্র যে মাসে সংসর্গের একেবারেই সম্ভাবনা থাকে না সে মাসে বাদ দেওয়া যাইতে পারে।

পাশ্চাত্য দেশগুলিতে কোটি কোটি বটিকা মেয়েরা ব্যবহার করে। বিশেষ করিয়া কুমারী মেয়েদের পক্ষে ব্যবহার সহজ, সুবিধাজনক ও নির্ভরযোগ্য। সামান্য অস্বস্তি বোধ হইলেও বিশেষ ক্ষতির সম্ভাবনা নাই। তবে দুই-চারটি ক্ষেত্রে বিশেষ অশান্তিকর উপসর্গ দেখা দিলে পরিবার পরিকল্পনা অফিসের ডাক্তারদের পরামর্শ লইয়া কাজ করিতে হয়। "আমি হরমোনঘটিত ওষুধ খাচ্ছি—ওতে কিছু না কিছু উপসর্গ দেখা দেবেই" বা "অমুক মেয়ে সহ্য করতে পারছে না" ইত্যাদি অমূলক উদ্বেগ মনে আনা অনুচিত। খাঁটি যে কোনও রকম পিল তিন-চার মাস সেবনে ভাল ফল পাইলে ঐটিই ব্যবহার করিয়া যাওয়া ভাল। বড়ি ব্যবহার করিবার পূর্বে নারীর বহুমূত্র বা উচ্চ রক্তচাপ আছে কিনা ডাক্তারের সাহায্যে অথবা বিনামূল্যে পরিবার পরিকল্পনা অফিস-সমূহে জানিয়া লওয়া দরকার ; থাকিলে ব্যবহার করা উচিত কিনা বা কোন্‌টা বা কতটা করা যায় সে সম্পর্কে জানিয়া লওয়া উচিত।

কৃত্রিম গর্ভপাত—অবৈধ গর্ভসঞ্চার—জারজ সন্তান

গর্ভপাত—স্বাভাবিক ও কৃত্রিম

স্বাভাবিক গর্ভপাত হওয়া মোটেই বিচিত্র নহে। প্রায় প্রতি ৫ জন গর্ভিণীর মধ্যে একজনের গর্ভপাত হইয়া যায় ; ইহার কারণও বহুবিধ। এই সম্বন্ধে আমার 'মাতৃমঙ্গল' বইতে আলোচনা করা হইয়াছে।

কৃত্রিম গর্ভপাত সম্বন্ধে জন্মনিয়ন্ত্রণ প্রসঙ্গে আলোচনা করিবার আছে। একটি সামাজিক সমস্যার দিকেও এই সঙ্গে সমাজের দৃষ্টি আকর্ষণ করা যাইতেছে। জন্মনিয়ন্ত্রণের প্রক্রিয়াগুলির উদ্দেশ্যই গর্ভনিবারণ। গর্ভনিবারণ করিতে পারার অর্থই জন্মনিয়ন্ত্রণে সাফল্য লাভ।

সময়ে সময়ে কিন্তু ক্ষণিকের অসাবধানতাবশত অনাকাঙ্ক্ষিত গর্ভসঞ্চার হইয়া বসিলে নারী-পুরুষ অত্যধিক বিচলিত হইয়া পড়ে। এই অবস্থায় গর্ভপাতের কৃত্রিম ব্যবস্থা করিবার জন্য কাহারও কাহারও ব্যস্ত হইয়া উঠা অস্বাভাবিক নহে।

ইচ্ছা করিয়া গর্ভ নষ্ট করিয়া দিয়া ভ্রূণের অকালপ্রসব ঘটাইবার প্রচেষ্টাকেই কৃত্রিম গর্ভপাত বলা হয়।

সাধারণত উহার প্রয়োজন হয়—(১) গর্ভিণীর শারীরিক বা মানসিক দারুণ অস্বাচ্ছন্দ্য থাকিলে ; (২) দম্পতি নানা কারণে পরিবারের আয়তন বৃদ্ধি না চাহিলে ; (৩) অবৈধ সংসর্গে গর্ভসঞ্চার হইলে লোকলজ্জা এড়াইতে এবং (৪) জারজ সন্তানকে ভবিষ্যৎ সামাজিক অবজ্ঞা হইতে বাঁচাইতে।

চিকিৎসার জন্য কৃত্রিম গর্ভপাত

গর্ভিণীর প্রসবকালে বা প্রসবের দরুন জীবন বিপন্ন হইতে পারে এমন আশঙ্কা থাকিলে পাশ করা উপযুক্ত ডাক্তারেরা কৃত্রিম গর্ভপাতের পরামর্শ দিতে এবং ব্যবস্থা করিতে পারেন। এরূপ স্থলে গর্ভপাতে আইনত বাধা নাই।

সাধারণত অল্প দিনের গর্ভ হইলে ডাক্তারেরা গর্ভিণীর জরায়ুমুখ যন্ত্র প্রয়োগে খুলিয়া জরায়ুর ভিতর হইতে ভ্রূণ বিচ্ছিন্ন করিয়া দেন। এই প্রক্রিয়াকে Dilatation and Currettage অথবা সংক্ষেপে D. C. বলে।

অপর একটি প্রক্রিয়া জার্মানিতে আবিষ্কৃত হইয়াছে। এই প্রক্রিয়ায় একটি বিশেষ নলের (Syringe) সাহায্যে একটি বিশেষ রকমের নির্দোষ আঠাল পদার্থ (antiseptic paste) জরায়ুর মধ্যে প্রবেশ করাইয়া দেওয়া হয়। তখন এই পদার্থটিকে বাহির করিয়া দেওয়ার জন্য জরায়ুর মধ্যে প্রতিক্রিয়া আরম্ভ হয় এবং ২৪ হইতে ৪৮ ঘণ্টার মধ্যে জরায়ুর মধ্যস্থল হইতে ভ্রূণ সমেত উহা বাহির হইয়া আসে। কদাচিৎ সমস্তটা বাহির হইয়া না আসিলে যন্ত্রযোগে জরায়ুর ভিতরটা পরিষ্কার করিয়া দিতে হয়। এই প্রক্রিয়ায় ছয় মাসের ভ্রূণ পর্যন্ত এবং এমনকি পূর্ণগর্ভিনীর ভ্রূণও, জরায়ুতেই মরিয়া গিয়া থাকিলে বাহির হইয়া আসে। তবে উপযুক্ত ও অভিজ্ঞ ডাক্তার দিয়া ইহা করাইতে হয়। এই দুই প্রক্রিয়ায় গর্ভপাত কোনও কারণে সহজসাধ্য না হইলে অন্যবিধ অস্ত্রোপচার করিবার দরকারও হইতে পারে।

সাধারণত উপযুক্ত ডাক্তার দিয়া গর্ভপাত করাইলে বিপদের আশঙ্কা খুব কমই থাকে। ডাক্তারেরা সেবনের ঔষধ প্রয়োগে গর্ভপাতের চেষ্টা করেন না—এই কথা মনে রাখিতে হইবে। কারণ, সেবনে নির্বিঘ্নে গর্ভপাত হয় এমন কোনও ঔষধ এই পর্যন্ত আবিষ্কৃত হয় নাই। তবে এই রকম ঔষধ আবিষ্কার করার বিশেষ প্রয়োজন আছে। নানা দেশে পরীক্ষা চলিতেছে।

জন্মনিয়ন্ত্রণে কৃত্রিম গর্ভপাত

জন্মনিয়ন্ত্রণের আধুনিক উপায়সমূহ সহজসাধ্য এবং প্রায় অব্যর্থ। তাই শুধু শুধু গর্ভসঞ্চার হইতে দিয়া উহা নষ্ট করিবার চেষ্টা গর্হিত। আইনত এইরূপ প্রচেষ্টা

দণ্ডনীয়। সামান্য সাবধানতা অবলম্বন করিবার আয়াসও এড়াইবার চেষ্টা করা নির্বুদ্ধিতা ও দায়িত্বজ্ঞানহীনতা।

জন্মনিয়ন্ত্রণের উপায় রীতিমত অবলম্বন করা সত্ত্বেও ক্ষণিকের অসাবধানতা বা ভুলভ্রান্তির জন্য গর্ভসঞ্চার হইয়া গেলে এবং সন্তানের সংখ্যা পূর্বেই যথেষ্ট হইয়া থাকিলে দম্পতির বিচলিত হইবার কারণ হয়। এক্ষেত্রে কোনও কোনও নারী যে কৃত্রিম গর্ভপাত করিয়াও সন্তান বৃদ্ধির হাঙ্গামা হইতে অব্যাহতি চাহিবেন ইহা স্বাভাবিক। এক্ষেত্রে কিন্তু আইনগত বাধা রহিয়াছে। তবে ঐ সমস্ত আইন উঠাইয়া দিবার প্রয়োজন হইয়া পড়িয়াছে।

আমরা বলিব, নারীর বিনা সম্মতিতে ভ্রূণহত্যা করাইবার অপরাধ সম্বন্ধে কোনও মতদ্বৈধতা থাকা উচিত নহে। কারণ, উহা তাহার শরীরের উপর অন্যায় অত্যাচার করারই সমতুল্য। ইহার উপরে উহাতে নারীর শরীরজাত ভবিষ্যৎ সন্তান হইতে উহাকে বঞ্চিত করা হয়।

নারীর ইচ্ছা, কিন্তু স্বামীর আপত্তি থাকিলেও গর্ভপাত করানো অপরাধজনক হওয়া উচিত। কারণ, স্বামীরও সন্তানলাভ করিবার ইচ্ছা ন্যায্য। সন্তান জন্মদানে তাহাকেও সহযোগিতা করিতে হয়। কিন্তু প্রশ্ন হইবে— যদি স্বামী-স্ত্রী উভয়ই গর্ভপাত করিতে রাজী ও ইচ্ছুক হন, তখন? কিংবা যদি অবিবাহিতা বা বিধবা নারী গর্ভবতী হইয়া গর্ভপাত করাইয়া মুক্তি চায়?

এই সকল ক্ষেত্রেও সমাজ আপত্তি তুলিয়াছে। আপত্তির অজুহাত ঃ

(১) গর্ভপাত করাইতে গিয়া নারীর শরীরে অস্ত্রোপচার প্রভৃতি করিতে হয়। ইহা মারাত্মক হইয়া গর্ভিণীর প্রাণনাশ পর্যন্ত হইতে পারে।

(২) এইরূপ অনুমতি দিলে দম্পতি বা নারী স্বেচ্ছায় ও শখে গর্ভপাত করাইতে থাকিবে এবং তাহাতে সমাজ বা দেশ-বিশেষের লোকসংখ্যার হানি হইবে।

(৩) অনেক ধর্ম বা সমাজ-ব্যবস্থায় যখন মানুষের আত্মহত্যা করিয়া নিজের জীবনও নষ্ট করার অনুমতি নাই, তখন অপর একটি ভাবী জীব (ভ্রূণ) নষ্ট করা জীবহত্যারই শামিল।

এই সকল আপত্তি সত্ত্বেও জনসমাজে এবং ডাক্তারদের মধ্যে অনেকে সতর্কতা সহকারে গর্ভপাত ঘটাইলে উহা আইনত দণ্ডনীয় হওয়া উচিত নহে এইরূপ অভিমত পোষণ করেন। বিপ্লবোত্তর রাশিয়াতে নারী গর্ভের তিন মাসের মধ্যে যে কোনও সরকারী হাসপাতালে গিয়া গর্ভপাত করাইয়া লইতে পারিত। এইরূপ হাজার হাজার গর্ভপাত করানও হইত। ইহাতে স্বাস্থ্যহানি বা অন্যবিধ অনিষ্টের অনুপাতও অতি সামান্য ও নগণ্য ছিল। জাপান ও অন্যান্য দুই-চারটি দেশও এইরূপ অনুমতি দিয়াছে।

উপরোক্ত আপত্তিগুলি সম্বন্ধে বলা যায় ঃ

(১) গর্ভপাত করাইতে অনিষ্ট ও বিপদের সম্ভাবনা আছে ইহা সত্য। তবে

অশিক্ষিত বা অনুপযুক্ত হাতে উহা করাইলেই বিপদের আশঙ্কা থাকে। উপযুক্ত ডাক্তার দিয়া করাইলে যে সামান্য আঘাত লাগে উহাতে স্বাস্থ্য হানির আশঙ্কা থাকে না, প্রাণনাশ ত দূরের কথা! রাশিয়ার ও জাপানের হাসপাতালসমূহে অসংখ্য ক্ষেত্রে এইরূপ প্রমাণ পাওয়া গিয়াছে। তাই নারী যদি স্বেচ্ছায় অতটুকু আঘাত বরণ করিয়াই লয় তবে অপরের বলিবার কিছুই নাই। আইনত নিজের শরীরে স্বেচ্ছায় অপরকে আঘাত করিতে দেওয়া দণ্ডনীয় নহে।

(২) লোকসংখ্যা বৃদ্ধি ব্যাহত হইবে এই কথা আজকাল আর বলিয়া লাভ নাই। পৃথিবীর লোকসংখ্যা যে রূপ ভাবে বাড়িয়া চলিয়াছে তাহাতে জন্মনিয়ন্ত্রণ করিয়া লোকসংখ্যা সীমিত রাখাই কর্তব্য হইয়া পড়িয়াছে। জন্মনিয়ন্ত্রণের স্বপক্ষে বহু যুক্তি পূর্বেই দেওয়া হইয়াছে। লোকসংখ্যা বৃদ্ধির দরুন বর্তমান ও অদূর ভবিষ্যতে মারাত্মক বিপত্তির কথা পূর্বেই বলিয়াছি।

রাশিয়ায় বোধহয় গর্ভপাত করিবার অনুমতি প্রত্যাহার করা হইয়াছে ভাবী যুদ্ধে লোকবলের প্রয়োজনের তাগিদে। জার্মানি যেভাবে লোকবৃদ্ধি ও শক্তিবৃদ্ধি করিয়া চলিয়াছিল এবং হুমকি দিয়া আসিতেছিল তাহাতে রাশিয়ার আতঙ্কগ্রস্ত হইবার প্রচুর কারণ ছিল। নিতান্ত প্রয়োজনের খাতিরে রাশিয়া ঐরূপ করিয়া থাকিলেও হিটলার ও মুসোলিনী জার্মানি ও ইতালিতে লোক-বৃদ্ধির দিকে দারুণ ঝোঁক দিয়া থাকিলেও আমাদেব দেখিতে হইবে এইরূপ উৎসাহ ন্যায়সঙ্গত কি না।

যুদ্ধ করিতে লোকের প্রয়োজন হয় এই কথা সত্য। কিন্তু মানবজাতি যুদ্ধবিগ্রহে আত্মবিনাশ করিয়াই কি চিরদিন চলিবে? লোকসংখ্যাই যদি বড় কথা হয় তবে বাংলাদেশে ও ভারতের এত দুর্দশা কেন? আর যে সকল ছোট ছোট জাতি জগতে এখনও টিকিয়া আছে তাহারা লোকবৃদ্ধির প্রতিযোগিতায় কোথায় দাঁড়াইবে? যদি যুদ্ধে বলি দিবার জন্যই মানবসন্তানের আবশ্যক হয় তাহা হইলে ভাবী মাতা যদি সন্তান জন্মদানে আপত্তি করে বা গর্ভপাত করিয়া ঐরূপ ব্যবস্থার প্রতিবাদ করে তাহাতেই বা বলিবার কি আছে?

(৩) ধর্ম বা সমাজ ব্যক্তিকে যে আত্মহত্যারও অনুমতি দেন না এই কথা সত্য, কিন্তু এই নিষেধ ন্যায়সঙ্গত কিনা তাহাতে সন্দেহ আছে। বহু সমাজতত্ত্ববিদ্ পণ্ডিত মনে করেন যে, এরূপ ব্যক্তিগত ব্যাপারে অপরের হস্তক্ষেপ করা অনুচিত। ভিক্টর মার্গারিট (Victor Marguerritte) এ সম্পর্কে যে সূত্র প্রচার করিয়াছিলেন তাহা এই: "তোমার শরীর তোমার নিজের" (Ton corps est a toi)। এই সূত্রের প্রবক্তারা মনে করেন যে, শুধু মাতার স্বাস্থ্যের কথা ছাড়াও বহু কারণে গর্ভপাত করাইবার দরকার হইতে পারে। অবৈধ সংসর্গের ফলে গর্ভ হইলে অথবা বিবাহিতা নারীরও দারুণ অন্নাভাব বা অসচ্ছল অবস্থা থাকিলে সন্তান জন্মদান অপেক্ষা গর্ভপাতই শ্রেয় হইতে পারে।

ধর্মমত মনুষ্য প্রবর্তিত সমাজকল্যাণমূলক আচার বিধি। দেব, দেবী, ভগবান, জেহোভা, খোদার দোহাই দেওয়া হয় ভক্তি-ভয় সঞ্চার করিবার জন্য। নানা আচার বিধির অসারতা এমনকি জঘন্যতা এখন যুক্তিবাদী মানুষের কাছে ধরা পড়িতেছে।

অবৈধ গর্ভসঞ্চারে গর্ভপাত

ইহাও বলা হয় যে, নিজের দোষে অবৈধ গর্ভসঞ্চারের প্রায়শ্চিত্ত গর্ভিণীকে করিতেই হইবে। কন্যা ঐরূপভাবে গর্ভবতী হইলে কি উহার মাতাপিতা উহাকে মারিয়া ফেলিয়া লোকলজ্জা হইতে পরিত্রাণ চাহিলে আইনের কবল হইতে রক্ষা পাইবেন? আবার ইহাও দেখা গিয়াছে যে, সচ্ছল অবস্থার স্বাস্থ্যবতী নারীও শুধু খেয়ালে বা শখে কতক ক্ষেত্রে গর্ভপাত করাইবার জন্য ডাক্তারদের কাছে আবদার করিয়া থাকে এবং সুবিধা হইলে করাইয়াও লয়।

আমরা সমস্যাটির স্বপক্ষে ও বিপক্ষে বহু কথাই বলিলাম। আমাদের অভিমত এই যে, গর্ভপাত করাইবার অনুমতি থাকিলেই যে বহু নারী ইহা করিতে থাকিবে এমন নহে। জন্মনিয়ন্ত্রণের আধুনিক প্রক্রিয়াগুলি প্রায়ই অব্যর্থ। তাই যাহাদের গর্ভসঞ্চারের আশঙ্কা এত বেশী তাহারা পূর্ব হইতেই সাবধান হইবে। আর যদি সকল দিক বিবেচনা করিয়া গর্ভিণী গর্ভপাত করাইবে বলিয়াই বদ্ধপরিকর হয় তবে ঠেকাইতে যাওয়ায় সুফলের চেয়ে কুফলই বেশী হইবে। এই বিষয়ে আমরা একটু পরে আলোচনা করিতেছি। তাহার পূর্বে অবৈধ গর্ভসঞ্চার যে সকল ক্ষেত্রে নারীর দোষেই হয় না তাহার একটি উজ্জ্বল দৃষ্টান্ত এবং ঐ সম্পর্কে একটি গুরুত্বপূর্ণ মোকদ্দমার বিবরণ দিয়া লইতেছি। ব্যাপারটি সারা বিশ্বের দৃষ্টি আকর্ষণ করিয়াছিল। মোকদ্দমাটি ১৯৩৮ সালে লণ্ডনে হয়।

লণ্ডনের একজন ধাত্রীবিদ্যা-বিশারদ ডাক্তার অ্যালেক উইলিয়াম বোর্ন (Aleck William Bourne) স্বেচ্ছায় আইনের অভিযোগ বরণ করেন। তিনি ১৫ বৎসরের কম বয়স্কা একটি মেয়ের গর্ভপাত করান। মেয়েটিকে কয়েকটি সৈনিক ধর্ষণ করে এবং উহার ফলে সে গর্ভবতী হইয়া পড়ে। ডাক্তার তাঁহার জবাবে বলেন যে, মেয়েটির স্বাস্থ্য-হানি হইবার আশঙ্কা ছিল এবং তিনি স্বাস্থ্যহানি এবং প্রাণনাশের আশঙ্কার মধ্যে সীমারেখা টানিতে অক্ষম; এই ক্ষেত্রে শতকরা ৯৯ জন ডাক্তারই গর্ভপাতের ব্যবস্থা করিতে রাজী হইতেন। বহু গণ্যমান্য লোক এবং ডাক্তার স্বপক্ষে ও বিপক্ষে সাক্ষ্য দেন। জজ ও জুরীর সমক্ষে ডাঃ বোর্ন ঘোষণা করেন:

"আমি যাহা করিয়াছি তাহা সম্পূর্ণভাবে আইনসঙ্গত, ন্যায়সঙ্গত এবং বিবেকানুমোদিত। আমি কোনই অপরাধ করি নাই। আমি ইহা দ্বারা আইনের পরিষ্কার বিধান চাই—যাহাতে এই সম্পর্কে ডাক্তারেরা কি করিতে পারেন বা না পারেন তাহা লইয়া জনসাধারণ ও ডাক্তারদের মধ্যে বাদানুবাদের পরিসমাপ্তি হইয়া যায়।" আসামীর পক্ষের

উকিলেরা নানা আইনের উল্লেখ করিয়া এই মেয়েটির দুরবস্থা ও গর্ভের নিতান্ত প্রাথমিক অবস্থার দিকে দৃষ্টি আকর্ষণ করেন। তাঁহারা বলেন যে, গর্ভস্থ ভ্রূণ এখনও ভিন্ন জীবের আখ্যা পাইতে পারে না এবং মাতার জীবননাশের সাক্ষাৎ আশঙ্কা না থাকিলেও তাহার শরীর ও মন উভয়ই ভাঙিয়া পড়িত তাহাতে সন্দেহ নাই। জজ ম্যাকনাটেন (Justice Macnaghten) পরম দক্ষতার সহিত আইনের ব্যাখ্যা করিয়া বর্তমান ক্ষেত্রে গর্ভপাত বেআইনী নহে বলিয়া নির্দেশ দিলে জুরীরা ডাঃ বৌর্নকে অব্যাহতি দেন। এই বিচারের বিবরণ আমি আমার Crime and Criminal Justice পুস্তকে দিয়াছি। এই ক্ষেত্রে প্রচলিত আইন অনুসারেই বিচার চলিয়াছিল। আমরা কিন্তু এইরূপ আইনের মূলনীতি সম্বন্ধেই আলোচনা করিতেছি।

বর্তমান আইন যাহাই হউক উহার প্রয়োগ যে বাস্তবক্ষেত্রে হয়ই না সে সম্বন্ধে বেশী কথা না বলিলেও চলে। ভারতীয় দণ্ডবিধির প্রণেতারা নিজেরাই এই আইনের সাধু প্রয়োগ হইতে অপপ্রয়োগেরই আশঙ্কা বেশী করিয়াছিলেন। এই সম্বন্ধে তাঁহারা (Law Commissioners) লিখেন ঃ

"গর্ভপাত সম্পর্কে আইন সম্বন্ধে আমাদের বলিবার প্রয়োজন আছে যে, আমাদের দারুণ আশঙ্কা হয়, এইদেশে অতি জঘন্য উদ্দেশ্যে ঐরূপ আইনের অসদ্ব্যবহার হইতে পারে। গর্ভপাত করা হইয়াছে এইরূপ অভিযোগ সম্পূর্ণ মিথ্যা হইলেও পরিবারের উপর দুরপনেয় কলঙ্ক রাখিয়া যায়। ঐরূপ মিথ্যা অভিযোগ করিবার ক্ষমতা অসাধু লোকের হাতে একটি দারুণ উৎপীড়নের যন্ত্রবিশেষে পরিণত হইতে পারে। তাই আইনের এই অংশটি অত্যধিক সাবধানতার সহিত প্রয়োগ না করিলে উহাতে প্রকৃত শাস্তি খুব কম ক্ষেত্রেই হইবে, উহা সম্ভ্রান্ত পরিবারে দারুণ দুর্গতি ও আশঙ্কার কারণ হইবে এবং উহার সুযোগে পাপাচারী দুর্বৃত্তদের প্রচুর অর্থ লাভের পন্থা সুগম হইবে। আমরা আশা করি যে, ফৌজদারী কার্যবিধি (Criminal Proccdure Code) প্রণয়ন কালে আমরা নিয়মকানুন করিয়া ইহার অপপ্রয়োগ বন্ধ করিতে সমর্থ হইব। যদি আমরা তাহা না করিতে পারি তাহা হইলে আমরা সপারিষদ রাষ্ট্রপতিকে এই পরামর্শ দিব যে, মাতা যেখানে স্বেচ্ছায় গর্ভপাত করে বা করায় সেখানে উক্ত অপরাধ ধর্তব্যই মনে না করা, উহাকে নিপীড়ন করিতে গিয়া অপরাধী হইতে নিরপরাধের বেশী দুর্ভোগের কারণ ঘটাইবার চেয়ে শ্রেয়।"

আমরা আইন প্রণেতাদের উপরোক্ত মন্তব্যের সহিত সম্পূর্ণ একমত।

বাস্তবক্ষেত্রে মাতা স্বেচ্ছায় গর্ভপাতের ব্যবস্থা করাইলে বুঝিতে হইবে সমস্ত বিবেচনা করিয়া সে গর্ভপাতই শ্রেয় মনে করিয়াছে ; নতুবা এমন কারণ ঘটিয়াছে যাহাতে ঐ কার্য না করিয়া তাহার উপায় নাই। মাতা যে ক্ষেত্রে গর্ভপাতই শ্রেয় মনে করিয়াছে, সে ক্ষেত্রে অপরের মাথা ব্যথা করিয়া লাভ কি ? পূর্বে জীবিত সন্তানের জীবন পর্যন্তও ত পিতার ইচ্ছার উপর নির্ভর করিত।

সাধারণত স্বাস্থ্য, অবস্থা, পারিবারিক পরিস্থিতি নানা দিক বিবেচনা করিয়া মাতা ঐ কার্যে ইচ্ছুক হইতে পারে ; এইসব দিকে দায়িত্ব যদি অপরে না লয় তাহা হইলে মাতার ব্যবস্থার উপর হস্তক্ষেপ করিতে যাইবার অধিকার কেন দাবী করিবে ?

তবে এইকথা ঠিক যে, গর্ভস্থ ভ্রূণ অতি প্রাথমিক অবস্থায় থাকাকালীনই এইরূপ ব্যবস্থা করা উচিত। কারণ, পূর্ণাবয়ব জীবহত্যা নিশ্চয়ই গর্হিত।

বাকী রইল মাতা যে ক্ষেত্রে নানা কারণে ঠেকিয়া পড়িয়াছে এমন অবস্থা। এই অবস্থা সম্বন্ধে সমাজের অবহিত হইতে হইবে।

বিবাহেত্তর যৌনমিলনের বহু কারণ আমি প্রথম খণ্ডের এক অধ্যায়ে আলোচনা করিয়াছি। সমাজ-ব্যবস্থা উহার প্রতিবিধানে সমর্থ হয় নাই বলিয়া বিবাহেত্তর যৌনমিলন হইয়াই চলিয়াছে এবং চলিবেই।

অপরপক্ষে আবার বিবাহিতার সন্তানধারণ যেমনই সমাজের কাম্য, অবিবাহিতা কুমারী বা বিধবার গর্ভাধান তেমনই ঘৃণ্য। সাময়িক বা দীর্ঘকালীন যৌনসংসর্গে গর্ভ-সঞ্চার এইরূপ ক্ষেত্রে হইয়া পড়িলে আইন কিন্তু উহাকে দণ্ডনীয় বলিয়া ধরে না, ধরে সমাজ—শাস্তি হয় গঞ্জনাভোগে, হত্যায়, আত্মহত্যায়, বিতাড়নে, ভিক্ষা বা গণিকাবৃত্তি অবলম্বনে।

এইরূপ ক্ষেত্রে গর্ভিণীর গর্ভ নষ্ট করা ছাড়া গত্যন্তর থাকে না। শুধু তাহাই নহে, লোকলজ্জা-ভয়ে যেখানে আত্মহত্যা করিতেও মাতা প্রস্তুত, সেখানে আইনে কি দন্ড হইবে না হইবে তাহা ভাবিবার অবসর কোথায় ?

মাতার এইরূপ মনের অবস্থায় সুযোগ লইয়া কবিরাজ, ডাক্তার, ধাত্রী বা ফকির ওঝারা যে বহু অর্থ উপার্জন করে তাহা বলাই বাহুল্য। অসংখ্য ক্ষেত্রে গোপনে গর্ভপাত ঘটানো হইতেছে অথচ আইনের কবলে কয়জন পড়ে ?

পাশ্চাত্যদেশে এইরূপ দৃষ্টান্ত অধিক ; ছেলেমেয়েদের এবং নারী-পুরুষের অবাধ মেলামেশার সুযোগে অবৈধ গর্ভের সূচনা হইয়া থাকে। জার্মানিতে কিছুদিন পূর্বে প্রতি বৎসর ১০ লক্ষ এবং আমেরিকায় ৮ লক্ষ হইতে ২০ লক্ষ পর্যন্ত অবৈধ গর্ভপাত করা হইত বলিয়া প্রকাশ। বিলাতে প্রত্যহ ৩/৪ শত হয়।

আমেরিকা যুক্তরাষ্ট্রের ১৯৪১ সালের সরকারী হিসাবে দেখা যায় যে, সেখানে প্রতি বৎসর ৬,৮০,০০০ ভ্রূণ হত্যা হয়, অর্থাৎ প্রায় প্রতি মিনিটে একটি করিয়া। সেখানকার হাতুড়েরা এইদেশের হাতুড়েদের তুলনায় অধিক জ্ঞানসম্পন্ন ও দক্ষ, তথাপি প্রতি বৎসর প্রায় ৮,০০০ নারী সেখানে গোপনে গর্ভপাত করাইতে গিয়া হাতুড়েদের হাতে মারা যায় ; অর্থাৎ, গড়পড়তা প্রত্যহ প্রায় ২২ জন, ঘণ্টায় একজন। ইহা ব্যতীত কতজন যে ঐ কারণে চিরজীবনের জন্য পঙ্গু ও রুগ্ন হইয়া কোনরূপে বাঁচিয়া থাকে তাহা নির্ণয় করা অসম্ভব। দ্বিতীয় মহাযুদ্ধের পূর্বে জার্মানিতে প্রতি বৎসর অন্তত দশ হাজার

নারী হাতুড়েদের নিকট গর্ভপাত করাইতে গিয়া মারা যাইত। ইহার দশ বা কুড়ি গুণ নারী ঐ কারণে চিরজীবনের জন্য রুগ্ন ও পঙ্গু হইয়া পড়িত।

আমাদের দেশে অবাধ মেলামেশার প্রথা না থাকায় অবৈধ গর্ভসঞ্চারের দৃষ্টান্ত অত হইবে না। তবে এখানেও যে অনেক ঘটনা ঘটে তাহা বলিতেই হইবে।

উচ্চ ও মধ্যবিত্ত পরিবারের কন্যাদের বিবাহের বয়স নানা কারণে পিছাইয়া যাইতেছে; স্কুল-কলেজের ছাত্রীরা অনেকটা স্বাধীনভাবে চলাফেরা করে ও মেলামেশার সুযোগ পায়; যাহারা অবরোধ প্রথা পালন করে তাহাদের মেয়েরাও আত্মীয় শ্রেণীর বয়স্ক ছেলেদের সঙ্গে অসংকোচ কথাবার্তা আলাপ আলোচনা করে এবং অনেক ক্ষেত্রে যৌনসংসর্গের প্রলোভনে পড়িয়া যায়।

সবচেয়ে দুঃখের বিষয়, অসংখ্য বিধবা পুনর্বিবাহের অনুমতি বা সুযোগ না পাইয়া সারা জীবন আত্মদমনে ব্যস্ত। কিন্তু দিনের পর দিন স্বাভাবিক প্রবৃত্তির সহিত দ্বন্দ্বে সাময়িক পরাজয় কি অসম্ভব? এই যে মানবসমাজের বিরাট অংশ জুড়িয়া বসিয়া আছে রক্তমাংসে গঠিত, ব্যথিত, ক্ষুধিত বঞ্চিতা নারী—ইহাদের দুঃখ লাঘব করিবার লোকের অভাব হইলেও ইহাদের প্রলুব্ধ করিবার মত পুরুষের অভাব হয় না; ইহাদের পদস্খলনে চীৎকার কলরব করিবার মত নীতিবাগীশের অভাব হয় না, ইহাদের শাস্তি বিধান করিতে উৎসুক বিচারকের অভাব হয় না।

উপযুক্ত ডাক্তার যতদিন পর্যন্ত এইরূপ ও অপর অপর ক্ষেত্রবিশেষে গর্ভপাত করাইবার জন্য আইনের অনুমতি না পান, ততদিন কবিরাজ, অর্ধ-ডাক্তার, ধাত্রী, ফকির, ওঝার গোপন ব্যবসা চলিতে থাকিবে এবং আনাড়ী দাই প্রভৃতি দ্বারাও যাহারা করাইতে পারিবে না, তাহারা সদ্যজাত শিশু হত্যা করিবে। কয়েক বৎসর পূর্বে কলিকাতায় 'সুজাতা সরকার'-এর মৃত্যু সম্পর্কে মোকদ্দমা সমাজের দৃষ্টি আকর্ষণ করিয়াছিল।

এই সমস্যা সম্পর্কে কয়েকটি কথা আমাদের বলিতে হইবে:

(১) জন্ম-নিয়ন্ত্রণ (Birth Control) সম্বন্ধে সম্যক্ জ্ঞানলাভ করা প্রত্যেক নর ও নারীরই কর্তব্য। এই সম্পর্কে তথ্য সংগ্রহে ও উপায় নির্দেশে আধুনিক বিজ্ঞান এতদূর সক্ষম হইয়াছে যে, অতি সামান্য চেষ্টায় গর্ভনিবারণ করা যায়। সন্তান নর ও নারীর কাম্য হইলেও যখন-তখন যেভাবে-সেভাবে সন্তানলাভ আনন্দ হইতে পীড়ার কারণই বেশী হইয়া থাকে।

তাই 'জন্ম-নিয়ন্ত্রণ'-এর সমস্যা এখন সারা সভ্য জগতের সমস্যা। অযথা আপত্তি তুলিবার সময় গিয়াছে। এখন প্রশ্ন: কিভাবে উহা সম্যকরূপে সাধন করা যায়?

আমরা তাই আবার বলিব—জন্ম-নিয়ন্ত্রণের মূলসূত্রগুলি সকল নর-নারীরই জানিয়া রাখা উচিত। এমনকি, ছেলেমেয়েরা বয়স্থ হইবার সঙ্গে সঙ্গেই যাহাতে এই সম্বন্ধে নির্ভুল জ্ঞানলাভ করিতে পারে, পিতামাতা ও গুরুজনেরও তাহা দেখা উচিত। কারণ কুসংস্কার ও ভ্রান্ত মত ও পথ সাধারণতই সহজলভ্য।

(২) অনাকাঙ্ক্ষিত গর্ভসঞ্চার হইয়া পড়িলে এবং বিশেষ স্বাস্থ্যহানির আশঙ্কা থাকিলে উপযুক্ত ডাক্তার পূর্ববর্ণিতভাবে গর্ভপাত করাইয়া লইতে পারেন।

(৩) বহুবিজ্ঞাপিত 'ঋতু প্রবর্তনকারী' ঔষধসমূহ বিষবৎ পরিত্যাজ্য। সেবন করিয়া নির্বিঘ্নে গর্ভপাত করানো যায় এমন ঔষধ এখন পর্যন্ত আবিষ্কৃত হয় নাই। হইলে বড়ই উপকার হইবে।

তবে এখানে খবরের কাগজ খুলিলেই অসংখ্য বিজ্ঞাপন চোখে পড়ে। "সেবন মাত্র ঋতু পরিষ্কার হইবে", "ঋতু অনিয়মিত হইলে পরিষ্কার হয়", "গর্ভকালে সেবন নিষিদ্ধ, কারণ ইহা গর্ভপাত করে"—ইত্যাদি ঔষধ গর্ভপাত করে বলিয়া বুকে আশা লইয়া অনেক বিপন্না গর্ভিণী ব্যবহার করিয়া থাকে। বলা বাহুল্য, এই সকল ঔষধে ফল হয় না; বরং ইহারা শরীরের প্রভূত অনিষ্ট করে।

কাহারও বাস্তবিক গর্ভ না হইয়া নানাকারণে সাময়িকভাবে ঋতু বন্ধ হইলে বা কাহারও এমনিই গর্ভপাত হইয়া যাইত এই অবস্থায় কোনও কোনও ঔষধ সেবনের পরে পুনরায় ঋতু দেখা দিলে বা গর্ভপাত হইয়া গেলে. ঐরূপ ঔষধের কৃতিত্ব অযথা প্রকাশ পাইয়া থাকে মাত্র। গর্ভসঞ্চার হইয়া গেলে শুধু ঔষধ গিলিয়া এড়াইবার সম্ভাবনা খুব কম।

(৪) বাকি রহিল হাতুড়ে, হেকিম. কবিরাজ, ডাক্তার, ফকির, ধাত্রী, বৃদ্ধা দাই দিয়া গর্ভ নষ্ট করাইবার প্রচেষ্টা। এইরূপ প্রচেষ্টা যে বহুক্ষেত্রে হইয়াও থাকে তাহা অস্বীকার করিবার কারণ নাই। এইজন্যই এই সম্পর্কে ফলাফলের কথা সকলের বিশেষ করিয়া জানা উচিত।

এই সকল গোপন-ব্যবসায়ীরা যে যে বিভিন্ন প্রণালী অবলম্বন করে তাহার মধ্যে উল্লেখযোগ্য : জরায়ুর মধ্যে গাছের ডাল বা শিকড়, বোনার ছুঁচ, পেন্সিল, কাঁচি, চুলের কাঁটা প্রবেশ করানো ; প্রসবপথে বা জরায়ুর মধ্যে কোনও গরম বা উত্তেজক (irritant) তরল দ্রব্য ; যথা—সাবান জল, আইওডিন, গ্লিসারিন, ভিনিগার, কাপড় ধোয়া সোডার জল ইত্যাদি প্রবেশ করানো, জরায়ুমুখে ডুশের নল ঢুকাইয়া জোরে ডুশ করা ইত্যাদি।

এই সকল প্রক্রিয়া বিশেষ মারাত্মক। অত্যধিক রক্তস্রাব ঘটাইয়া জননেন্দ্রিয়সমূহে অনিষ্ট করিয়া অথবা জরায়ুতে বা অপর স্থানে রোগজীবাণু সংক্রামিত করিয়া মৃত্যু পর্যন্ত ঘটাইতে পারে।

ঔষধের মধ্যে কুইনাইন, আর্‌গট্, কড়া জোলাপ, কোনও কোনও ধাতব লবণ, সরিষা, পেনি বা পেরেক ভিজানো জল, লোহার গুঁড়ার সহিত বিয়ার, জিন বা অন্যান্য মদ্যপান ইত্যাদি গর্ভপাত করে বলিয়া অনেকের বিশ্বাস আছে, কিন্তু ইহাদের কার্যকারিতা সপ্রমাণিত হয় নাই। বেশী মাত্রায় ব্যবহার সুফলের পরিবর্তে ভয়ানক অনিষ্টের আশঙ্কা থাকে।

আঘাতাদির দ্বারা ; যথা—সিঁড়ির উপর নীচে জোরে উঠানামা. পেটে চাপ দেওয়া,

ভারী জিনিস তোলা, বাইসাইকেলে চড়িয়া উপর দিকে উঠা। খুব কম ক্ষেত্রে ফলপ্রদ হয়; ক্ষতির সম্ভাবনা বেশী।

মনে রাখিবেন, স্বাভাবিক প্রসবে যত প্রসূতির মৃত্যু হয়, উপযুক্ত ডাক্তার ছাড়া অপরের হাতে কৃত্রিম গর্ভপাত করাইতে গিয়া তাহার বহু গুণ বেশী গর্ভিণীর মৃত্যু হয়।

(৫) তাই, চিকিৎসাসম্মত গর্ভপাতের ব্যবস্থা না করিতে পারিলে গর্ভকে পূর্ণ হইতে দিয়া সন্তান-জন্মের জন্য প্রস্তুত হইতে হইবে।

এম. আর.

এম. আর. বা মেন্সট্রুয়েল রেগুলেশন অর্থাৎ মাসিক ঋতু নিয়ন্ত্রণ পরিবার পরিকল্পনার একটি আধুনিক পদ্ধতি। ইহা আকস্মিক গর্ভধারণ হইতে মুক্তি দিয়া স্বাভাবিক মাসিক ফিরাইয়া আনিতে পারে। বন্ধ মাসিক আনিতে চাহিলে—যেদিন হইতে মাসিক হইবার কথা ছিল, সেইদিন হইতে পাঁচ সপ্তাহের মধ্যে অথবা যত শীঘ্র সম্ভব ক্লিনিকে যাইতে হইবে।

ডাক্তার অথবা বিশেষভাবে প্রশিক্ষণ প্রাপ্তা পরিবার কল্যাণ পরিদর্শিকা পরীক্ষা করিয়া এম. আর. প্রয়োগ করিবেন।

এম. আর. করিতে মাত্র ১০ ১৫ মিনিট সময় লাগে। ইহার পর নারী ক্লিনিকে আধঘণ্টা বিশ্রাম লইয়া আগের মত স্বাভাবিক কাজকর্ম করিতে পারেন।

কোনও কোনও মহিলার সামান্য ব্যথা ও স্রাব হইতে পারে। ক্বচিৎ ইনফেকশন (সংক্রমণ) হইতে পারে; উহা হইলে সঙ্গে সঙ্গে ক্লিনিকে চিকিৎসা করানো প্রয়োজন। ভয়ের কারণ নাই। গর্ভসঞ্চার ছাড়া অন্য কারণে মাসিক বন্ধ হইলেও এম. আর. প্রয়োগ করা যাইতে পারে।

সকল জেলা পরিবার পরিকল্পনা ক্লিনিক, কিছু কিছু থানা পরিবার কল্যাণ ক্লিনিক আর যেখানে প্রশিক্ষণ প্রাপ্তা পরিদর্শিকা আছেন সেখানে এম. আর. করানো হয়।

তাহা ছাড়া সকল মেডিক্যাল কলেজ হাসপাতালের পরিবার পরিকল্পনা মডেল ক্লিনিকগুলিতেও এম. আর. করা হয়।

বাংলাদেশ পরিবার পরিকল্পনা সমিতির (২নং নয়া পল্টন, ঢাকা) ক্লিনিকে মহিলাদের বিশ্রাম করার ও এমনকি, কয়েকদিন থাকিবারও বন্দোবস্ত আছে। বহু মহিলা ইহার সুযোগ গ্রহণ করিয়া চিন্তামুক্তা হইতেছেন।

গোপন প্রসবের ব্যবস্থা

অবৈধ সংসর্গের ফলে এইরূপ সন্তান জন্মিলে প্রসূতি, সন্তান ও আত্মীয়-স্বজনের সকলেরই লজ্জার সীমা থাকে না বলিয়া বারাণসী ও নবদ্বীপে গোপন প্রসবের কতকগুলি

ব্যবস্থা আছে। নদীয়ায় অবস্থানকালে তদন্ত প্রসঙ্গে নবদ্বীপের এই সমস্ত ব্যবস্থা সম্বন্ধে লেখকের অনুসন্ধান করিবার সুযোগ হইয়াছিল।

নবদ্বীপ নদীয়া জেলায় অবস্থিত হিন্দুদের একটি তীর্থস্থান। এই শহরটি গঙ্গার তীরে অবস্থিত। এখানে বহু ঠাকুরবাড়ী আছে। বহু দূর হইতে তীর্থযাত্রী পুরুষ ও স্ত্রীলোকেরা এখানে আসিয়া পুণ্য সঞ্চয় করেন। এখানে যাত্রীদের উপযোগী বহু হোটেল ও ভাড়াঘর আছে। গর্ভিণীরাও এখানে আসিয়া ভাড়াঘরে থাকিতে পারে। সঙ্গে দেখাশুনা করিবার মত দরদী আত্মীয় বা আত্মীয়া এবং সম্ভব হইলে কাজকর্ম করিবার জন্য পুরুষ চাকর লইয়া আসা ভাল। যথেষ্ট টাকা লইয়া আসা নিতান্ত দরকার।

বাসাঘরে উঠিয়া খবর দিলে **মাতৃমন্দির** বা ঐরূপ প্রতিষ্ঠানগুলির কর্তৃপক্ষ পরীক্ষা ও পরামর্শের জন্য ডাক্তার বা ধাত্রী পাঠাইয়া থাকেন। পূর্ণগর্ভা হইলে বাসাঘর হইতে প্রসবাগারে লইয়া যাওয়া হয়। সেখানে উপযুক্ত ব্যবস্থা মত প্রসব করাইয়া দেওয়া হয়।

ইচ্ছা করিলে মাতা সন্তান লইয়া যাইতে পারে। নতুবা কোন আশ্রমে বা খ্রীস্টানদের মিশনে লালিত পালিত হইবার জন্য রাখিয়া যাইতে পারে। সাধারণত অবৈধ সন্তান রাখিয়া আসা হয়।

'মাতৃমন্দির', 'মাতৃ মঙ্গল কুটির', 'শিশু ও নারী রক্ষা আশ্রম' ইত্যাদির উদ্দেশ্য ঃ

(১) মাতৃপরিত্যক্ত শিশুদের যত্নের সহিত রক্ষা করা।

(২) অনাথা গর্ভবতীদের স্থান দেওয়া।

(৩) পরিত্যক্তা নিরাশ্রয়দের আশ্রয় দেওয়া।

(৪) সবর্ণে ও অসবর্ণে, বিধবা ও কুমারীদের বিনা পণ ও যৌতুকে বিবাহের ব্যবস্থা করা।

(৫) সাধারণ শিক্ষা ও নার্সিং শিক্ষার ব্যবস্থা করা।

(৬) শাখা সমিতি প্রতিষ্ঠা করা।

শেষোক্ত আশ্রম বঙ্গীয় বিধবা-বিবাহ সমিতি কর্তৃক পরিচালিত। পরিত্যক্ত শিশুদের রক্ষা করাই এই আশ্রমের প্রধান উদ্দেশ্য।

সমাজ ইহাদের আবশ্যকতা ও উপকার স্বীকার করিতে বাধ্য। সাধারণের আর্থিক সাহায্য ও চলতি আয় হইতেই ইহারা চলে। বোধ হয় সরকারী সাহায্য ও তত্ত্বাবধানের অধীন না থাকায় এই সকল প্রসবাগার সময়ে সময়ে অতিরিক্ত টাকা আদায় করে।

একটি বাসাঘরে থাকা কয়েকটি মেয়েকে তদন্তক্রমে জিজ্ঞাসাবাদ করিবার সুযোগ লেখকের হইয়াছে। সব কয়টিই বিধবা, অবৈধ গর্ভসঞ্চার হওয়ায় পিতামাতা ও আত্মীয়-স্বজন এখানে পাঠাইয়াছিলেন। সকলের কাহিনীই মর্মন্তুদ।

১নং। মেয়েটি বয়সে ২৪, দেখিতে সুশ্রী। লেখাপড়া জানে। বিশিষ্ট ভদ্রঘরের।

বাড়ী উত্তরবঙ্গে। পিতা ডাক্তারী করেন। ৩/৪ বৎসর হইল বিধবা হইয়াছে। দুই বৎসর স্বামী-সঙ্গ লাভ করিয়াছিল। কোন সন্তানাদি হয় নাই। পিতার অনুমতিক্রমে ও শ্বশুর-শাশুড়ীর উপরোধে বিধবা হইয়াও স্বামীর বাড়ীতে থাকিত। ঐ বাড়িতেই একজন যুবক থাকিয়া পোস্ট অফিসে চাকুরি করিত। একই ঘরের এদিক ওদিকে থাকাকালীন যুবকটি তাহার সহিত ঘনিষ্ঠ হইয়া উঠে। পিতা টের পাইয়া মেয়েটিকে বাড়ীতে লইয়া আসেন। ৩ ৪ মাস পর সে টের পায় সে গর্ভবতী। মাতা ও কাকা পরামর্শ করিয়া বয়স্কা এক পিসীমাকে সঙ্গে দিয়া উহাকে গোপন প্রসবের জন্য নবদ্বীপ পাঠান। উহার বয়স্থা কুমারী ভগ্নী আছে তাই সকলেই উদ্বিগ্ন, যাহাতে এই দুঃসংবাদ সমাজে প্রকাশ না পায়। মেয়েটি সুশ্রী, শিক্ষিতা ও বুদ্ধিমতী; নিজের অবস্থায় নিজেই অনুতপ্তা। ভালমতে প্রসব হইয়া গেলেই সে রক্ষা পাইত।

২নং। পূর্ববঙ্গে বাড়ী। পিতা মৃত। জাতিতে নমঃশূদ্র। বয়স ২৭। দুই বৎসর হইল বিধবা হইয়াছে। কোনও সন্তানাদি ছিল না। মাতার অবস্থা সচ্ছল না থাকায় তাহাকে গ্রামে এ বাড়ীতে ও বাড়ীতে কাজ করিয়া খাইতে হইত। তাহার অবস্থার সুযোগ লইয়া কোনও ব্রাহ্মণ যুবক তাহার সংসর্গ করে। প্রলোভনে পড়িয়া গিয়া এবং নিজের যৌবনধর্মের প্রভাবে সে নিজেকে সামলাইতে পারে নাই। গর্ভসঞ্চার হইয়াছে জানিতে পারিয়া সকলে তাহাকে এখানে পাঠাইয়াছে।

অন্যান্য কাহিনীও প্রায়ই এইরূপ। বাংলা ও আসামের বহু জায়গা হইতে, এমনকি বাংলার বাহির হইতেও মেয়েরা বিপদে পড়িয়া এইভাবে নবদ্বীপে আসিয়া উদ্ধার পায়। অন্যভাবে গর্ভপাত করাইবার চেষ্টা না করিয়া এখানে আসা বা পাঠানো অনেক ভাল।

বেনারস বা কাশীতেও এই রকম আশ্রম ও প্রসবাগার আছে। কাশী অনাথালয়, স্টেশন রোড, বেনারস ক্যাণ্টনমেণ্ট—এইরূপ একটি। দিল্লিতে ১২/১৩, রাজপুর রোডে **সেবা সদন** আছে।

কলিকাতার কোনও অঞ্চলেও জনৈকা মহিলা কর্তৃক একটি প্রসবাগার প্রতিষ্ঠিত হইয়াছে। এখানে নাকি গর্ভাবস্থায় নিরাপদে থাকা, প্রসব এবং পরিত্যক্ত শিশুরক্ষার সুব্যবস্থা করা হয় (**মাতৃমন্দির**, ২৬-এ কর্নওয়ালিস স্ট্রীট)।

পাক ভারত-বাংলাদেশ সরকারের এইরূপ গোপন প্রসবের ব্যবস্থা করা উচিত। ইহাতে বহু জীবন নষ্ট না হইয়া পরিত্রাণ পাইবে ও বহু পিতামাতা দুর্ভোগ ও লাঞ্ছনার হাত হইতে রক্ষা পাইবেন। সরকারের ব্যবস্থার আবশ্যকতা এই জন্য যে, বেসরকারী প্রসবাগারসমূহে যথেষ্ট খরচ লাগে এবং পাণ্ডা-গুন্ডাদের প্রতারণারও আশঙ্কা থাকে। সরকারী ডাক্তারখানা ও হাসপাতালে বিনা খরচায় চিকিৎসার মত দরিদ্রদের বিনা খরচায় প্রসবের বন্দোবস্ত করা উচিত। বৈধ প্রসবের এইরূপ ব্যবস্থা সরকারী হাসপাতালসমূহে আছে বটে, কিন্তু গোপন প্রসবের ভিন্ন প্রতিষ্ঠান না থাকিলে কথা প্রকাশ পাইবার ভয়ে এবং শিশু রাখিয়া আসিবার ব্যবস্থা না থাকিলে বিপন্না গর্ভিণীরা সেখানে যাইবে না।

পান্ডা-গুন্ডাদের প্রলোভন ও প্রতারণা সম্বন্ধে সর্বসাধারণকে সজাগ করা দরকার। নবদ্বীপ, কাশী প্রভৃতি তীর্থস্থানে সংপরামর্শদাতা প্রদর্শক ছাড়া অসংখ্য পান্ডা-গুন্ডাও ঘোরাফেরা করে। ইহাদের কাজ ভয় দেখাইয়া, সুবিধার প্রলোভন দেখাইয়া, ডাক্তার-পুলিসকে জানাইয়া দিবে বলিয়া নানা প্রকারে অর্থ উপার্জন করা ; ইহা ছাড়া নির্বিঘ্নে গর্ভপাত করাইয়া দিবে বলিয়া বাজে ডাক্তার বা ছদ্মবেশী প্রতারক দিয়া ভুয়া ঔষধ বা ইনজেক্‌শনের ব্যবস্থা করিয়া অর্থশোষণ করা।

ইহারা বিপন্না মেয়েদের বিবাহ বা চাকুরী দিয়া দিবে বলিয়া ফুসলাইয়া লইয়া গিয়া বেশ্যাবৃত্তি বা রক্ষিতাবৃত্তি করাইতেও বাধ্য করে। মেয়ে সন্তান লইয়া গিয়া বেশ্যাদের কাছে বিক্রয় করাও ইহাদের কাজ।

উপযুক্ত সঙ্গী বা সঙ্গিনী সঙ্গে রাখা এবং আশ্রমসমূহের কর্তৃপক্ষের আশ্রয় লওয়াই ইহাদের কবল হইতে বাঁচিবার প্রধান উপায়। আশ্রম বা মিশনে সন্তান দিয়া দেওয়াই সবচেয়ে ভাল।

মিশনের সৎকাজ

কৃষ্ণনগরে খ্রীস্টান মিশনে এইরূপ জারজ ছেলে-মেয়েদের রাখিবার ও পালন করিবার ব্যবস্থা লেখক স্বচক্ষে দেখিয়াছেন। খ্রীস্টান মেয়েরা যাহার পর নাই সহৃদয়তার সহিত তাহাদের বাঁচাইয়া তুলিতে চেষ্টা করেন। বড় হলে শিক্ষা-দীক্ষা, চাকুরি, বিবাহ দিবারও বন্দোবস্ত করেন। ছেলে-মেয়েদের তাঁহারা যে আদর-যত্ন, খেলাধূলা, আমোদ-আহ্লাদে রাখেন তাহা অনেক পরিবারেই সম্ভবপর হইয়া উঠে না। এইরূপ প্রতিষ্ঠান সরকারের এবং হিন্দু-মুসলমানদেরও গড়িয়া তোলা উচিত।

এইরূপ ছেলেমেয়েদের মায়েরা বা গুন্ডা-পান্ডারা ইহাদের নানা রকম বিষাক্ত ইনজেক্‌শন দেন বলিয়া খ্রীস্টান মিশনের কর্তৃপক্ষ দুঃখ করেন। ইহারা বাঁচিয়া না উঠিতে পারে এই অভিপ্রায়েই নাকি ইহা করা হয়। ছেলে-মেয়েদের মধ্যে মাত্র দুই চারিটিই নাকি তাই বাঁচানো সম্ভবপর হইয়া উঠে।

আমাদের মনোভাবের সংস্কার

আমরা এই প্রসঙ্গে একটি সামাজিক সমস্যার দিকে পাঠক-পাঠিকার দৃষ্টি আকর্ষণ করিলাম। অবৈধ গর্ভসঞ্চার পরিবারের দুঃখ ও লজ্জার কারণ হয় ; যে নারীর উহা হয় তাহার ত কথাই নাই। এইরূপ হতভাগিনীদের শাস্তিবিধান করিবার লোকের অভাব হয় না। কিন্তু উহাদের আরও শাস্তির দরকার থাকে কি ? উহাদের ঐরূপ গর্ভসঞ্চারই কি যথেষ্ট নয় ?

আমরা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে বিবাহিতের যৌন-সংসর্গের বহুবিধ কারণের

উল্লেখ করিয়াছি। ঐ সকল কারণের প্রতিবিধান করিতে না পারিলে সমাজ শুধু শান্তি-বিধান করিয়াই উহা বন্ধ করিতে পারিবে না। প্রবৃত্তির তাড়না, নিজেদের দৌর্বল্য, পুরুষের ছলনা, অভাব বা নিরুপায় অবস্থা ইত্যাদি অনেক কিছুই নারীর পদস্খলনের কারণ হইয়া থাকে। পুরুষ কিন্তু সহসাই বিনা বিবেচনায় উহাদের সম্বন্ধে অবিচার এবং কঠোর মন্তব্য করিয়া বসে। গর্ভের দায়িত্বের অর্ধেক ভাগ যদি পুরুষের হইত তাহা হইলে সেও নারীর ন্যায় দায়ে পড়িত এবং বুঝিত।

ক্ষিপ্ত জনতা জনৈকা অভিযুক্তা রমণীকে পাথর ছুঁড়িয়া মারিবার উপক্রম করিলে মহাপুরুষ যীশুখ্রীস্ট নির্দেশ দিলেন, "যে নিষ্পাপ সে-ই প্রথম পাথর ছুঁড়ুক।" এই মহামূল্য নির্দেশের মর্মকথা আমাদের ভুলিয়া গেলে চলিবে না।

জারজ সন্তানের অপরাধ

অবৈধ সংসর্গের জন্য নারী ও পুরুষকে সমাজ নিন্দা করিলেও নিষ্পাপ সন্তানকে কোনও মতেই অপরাধী সাব্যস্ত করা যাইতে পারে না। কারণ নিজের জন্মের উপর কাহারও হাত থাকে না। এই সম্বন্ধে মানুষের বরাবরই একটি অহেতুক সংস্কার রহিয়া গিয়াছে। তবে বিভিন্ন সময়ে ও দেশে মনোভাবের তারতম্যও দেখা যায়।

প্রাচীন আর্য-সমাজে নরনারীর অনেকটা অবাধ মেলামেশার প্রথা ছিল। দুষ্মন্ত-শকুন্তলার মত গান্ধর্ব বিবাহের উদাহরণ বহু আছে, আবার ঋষিদেরও নারীভোগের উদাহরণ রহিয়াছে। যজুর্বেদ ও মনুসংহিতায় ব্যবহৃত 'পুংশ্চলী' শব্দটি হইতে তখনকার এক শ্রেণীর নারীর স্বভাব সম্বন্ধে খানিকটা ধারণা পাওয়া যায়। উহার অর্থ পুরুষের পশ্চাৎ পশ্চাৎ ধাবিতা রমণী! মহাভারতে পাণ্ডু কুন্তীকে বলেন, "ধর্ম বিজ্ঞরা ইহাই ধর্ম বলিয়া জানেন যে, প্রত্যেক ঋতুকালে স্ত্রী স্বামীকে অতিক্রম করিবে না, অবশিষ্ট সময়ে সে স্বচ্ছন্দচারিণী হইতে পারে, সাধুজনেরা এই প্রাচীন ধর্মের কীর্তন করিয়া থাকেন।" ঋতু-কাল বলিতে ঋতুর আরম্ভ হইতে ষোল দিন ধরা হইত। যাজ্ঞবল্ক্য বলেন, "অগ্নি যেমন দহন-কর্মে দুষ্ট হয় না, মলমূত্রের স্পর্শে যেমন জল দুষ্ট হয় না, ধর্মকার্যব্যাপদেশে হিংসাদি দ্বারা যেমন দ্বিজ দুষ্ট হয় না, তেমনই জার অর্থাৎ প্রেমিকের সঙ্গে মিলনের দ্বারাও স্ত্রীর কোনও দোষ হয় না।" বস্তুত স্ত্রীগণ স্বভাব-পবিত্র, কোন কিছুতেই তাহারা দূষিত হয় না, মাসে মাসে তাহাদের রজঃ সমস্ত দুষ্কৃতির অবসান ঘটায় ('রজসা শুধ্যতে') ইত্যাদি কথাও অন্যত্র পাওয়া যায়। নিয়োগ প্রথায় সন্তানোৎপাদনের প্রথাও বর্তমান ছিল। তাই মোটের উপর দেহধর্মকে তখন নিতান্ত দেহেরই ধর্ম হিসাবে বিচার করা হইত।

সঙ্গে সঙ্গে বৈধ সন্তানের পার্শ্বে তখন জারজ সন্তানেরও স্থান ছিল।

কুমারীর সন্তানকে "কানীন পুত্র" বলা হইত। উদাহরণ, কুন্তীর নন্দন কর্ণ। পাণ্ডুপত্নী ও পাণ্ডব-জননী কুন্তীর কুমারী অবস্থায় সূর্যের ঔরসে জাত পুত্র নাকি [illegible]

লোকলজ্জা ভয়ে নাকি তিনি সদ্যজাত শিশুকে মঞ্জুষা মধ্যে স্থাপন করিয়া ধাত্রীর সাহায্যে নদীতে ভাসাইয়া দেন। কর্ণের রাধা কর্তৃক লালিত-পালিত হওয়া, অস্ত্রশিক্ষা ও বদান্যতার কথা প্রচারিত।

বেদব্যাসই সর্বপ্রথম বেদের সংগ্রহ ও বিভাগ করেন। ইনি মহর্ষি পরাশরের ঔরসে ও অবিবাহিতা মৎস্যগন্ধার গর্ভে জন্মগ্রহণ করেন। মহাভারতের প্রণেতা এই পণ্ডিতপ্রবর দ্বাপর যুগে তদানীন্তন মুনি-ঋষিদের মধ্যে অসাধারণ সম্মান লাভ করিয়াছিলেন।

যেখানে পিতা অজ্ঞাত বা তাঁহার নাম গোপন রাখা হইত সেক্ষেত্রে সন্তানকে "গূঢ়জ" বা "গূঢ়োৎপন্ন" বলা হইত। এইরূপ সন্তান গর্ভে থাকাকালীন মাতা বিবাহ করিলে উহাকে "সাহোঢ়" বলা হইত। ক্ষেত্রে কৃষিকার্য করিয়া ফসল উৎপাদনের মত কোনও লোককে নিয়োগ করিয়া উহার দ্বারা সন্তানোৎপাদন করা হইলে তাহাকে "ক্ষেত্রজ" বলা হইত।

প্রাচীন ভারতের জারজ সন্তানদের ঋষিত্ব প্রাপ্তি ও গুণানুযায়ী অবাধে সামাজিক মর্যাদালাভ দ্বারা ইহাই বুঝায় যে, জন্ম মানবাত্মার উৎকর্ষ সাধনে বিঘ্ন ঘটাইতে পারে না।

আমরা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে "কুমারী প্রজনন" সম্পর্কে ভুল ধারণার উল্লেখ করিয়া দেখাইয়াছি যে, বহু মহাপুরুষ যে স্বর্গীয় জীবের সংসর্গে কুমারীর গর্ভে জন্মগ্রহণ করিয়াছেন বলিয়া নানা ধর্মে ও সমাজে উপাখ্যান প্রচলিত আছে উহার বৈজ্ঞানিক ব্যাখ্যা আর কিছু নহে—মাত্র জার-জন্ম ঢাকিয়া অলৌকিক মাহাত্ম্য আরোপের চেষ্টা। অন্ধভক্তেরা ভক্তির পাত্রকে জারজ হিসাবে দেখিতে বা দেখাইতে নারাজ বলিয়া ঐরূপ আখ্যান প্রচলন করিয়া দিয়াছেন। কোনও কোনও মতে শ্রীকৃষ্ণ (Sri Krishna), জরোস্টার (Zoroaster), টলেমী (Ptolemy), কনফিউসিয়াস (Confucius), প্লেটো (Plato), জুলিয়াস সিজার (Julius Caesar), আলেকজাণ্ডার (Alexander) এবং যীশুখ্রীস্ট (Jesus Christ) অলৌকিকভাবে জন্মগ্রহণ করিয়াছিলেন বলিয়া প্রকাশ। বিজ্ঞানের মতে পুরুষের সংসর্গ ব্যতীত গর্ভ হইতে পারে না (কৃত্রিম প্রজননেও পুরুষের শুক্রকীট নারীদেহে প্রবিষ্ট করাইতে হয়)। জন্মের জন্য মহাপুরুষদের মাহাত্ম্য ক্ষুণ্ণ হইতে পারে না।

প্রাচীন রোমান আইনে জারজ সন্তানের স্থান ছিল। জারজের পিতামাতা পরে বিবাহ করিলেই সন্তান বৈধ বলিয়া গৃহীত হইত। ইহাকে "Legitimation per subsequence matrimonium" বলা হইত। জারজের পিতামাতার বিবাহের কোনও উপায় না থাকিলে পিতা যদি তাহার সন্তানকে বৈধ করিয়া যাইবার উদ্দেশ্য সম্রাটকে জানাইবার পরে মারা যাইতেন তাহা হইলে সম্রাটের কাছে নিবেদন করিয়া উক্ত জারজ বৈধ হইতে পারিত। ইহাকে "Legitimation per rescriptum Principis"

বলা হইত। রোমের সিটি কাউন্সিল বা মিউনিসিপ্যালিটিতে চাকুরি করিলে জারজ বৈধ হইয়া যাইত।

খ্রীস্টীয় ধর্মের প্রবর্তক যীশুর জন্মের কাহিনী যত রহস্যময়ই করা হউক না কেন, বিজ্ঞানের চক্ষে উহাকেও অবৈধ বলিয়া মনে হইবে। কিন্তু মহাপুরুষ হিসাবে সারা জগতে তাঁহার আসন বহু উচ্চে। পরিত্যক্ত, পতিত, পাপগ্রস্ত, অনাথ ইত্যাদির প্রতি যীশুখ্রীস্টের মনোভাব নিতান্ত উদার ও ক্ষমাময় ছিল। খ্রীস্টান ধর্মে তাই দুঃস্থ, দুঃখী, পরিত্যক্তের উপকার করা একটি প্রধান অনুষ্ঠান। মিশনারীরা কিভাবে জারজ সন্তানদের লালন-পালন করিয়া মানুষ করেন তাহার উল্লেখ এই প্রসঙ্গেই একটু পূর্বে করিয়াছি।

ইসলাম ধর্ম জাতিভেদ, অস্পৃশ্যতা ইত্যাদির মূলোচ্ছেদ করিয়াছে। উদারতা ও ভ্রাতৃভাব তাই ইসলামের মূলমন্ত্র। পতিতা নারীদের প্রতি কঠোর ভাবাপন্ন হইলেও ইসলাম জারজ সন্তানকে বৈধ সন্তানের সমপর্যায়ে স্থান দিয়াছে। উহাকে সমান চক্ষে দেখা, উহার নিকট কন্যাদান, এমনকি উপযুক্ত হইলে উহাকে মসজিদের ইমাম (উপাসনার নেতা) পর্যন্ত করিবার নির্দেশ ও অনুমতি আছে।

সম্প্রতি ইতালি, ফ্রান্স, জার্মানি, রাশিয়া প্রভৃতি দেশে জারজ সন্তানের সম্বন্ধে সমস্ত বাধা-নিষেধ তুলিয়া দেওয়া হইয়াছে।

'সবার উপরে মানুষ সত্য'

এই প্রসঙ্গে আমাদের কতকগুলি কথা বিবেচনা করিতে হইবে ঃ

(১) সৃষ্টি অব্যাহত রাখিবার জন্য প্রকৃতি জীবের মনে দিয়াছে কামনা, তাহার দেহে দিয়াছে সৃষ্টির উপকরণ। সমগ্র প্রকৃতিতে, সারা জীবজগতে প্রধানত পুরুষ ও স্ত্রী জাতির সমবায়ে বংশবৃদ্ধি হইতেছে। মানুষও জীবজগতের এক শ্রেণীর প্রাণী মাত্র। তাই যখন অন্য সকল প্রাণীর মধ্যেই সন্তান বিনা বিচারে শ্রেণী ও গোষ্ঠীতে স্থান পায়, মানুষের মধ্যেই বা পাইবে না কেন ?

(২) বিবাহ মানবসমাজে একটি বাহ্য অনুষ্ঠান মাত্র। ইহার উৎপত্তি, সুবিধা, অসুবিধা, বিভিন্ন পদ্ধতি, অনেকক্ষেত্রে হাস্যকর রীতিনীতির কথা আমরা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে উল্লেখ করিয়াছি। পুরোহিত, মোল্লা, পাদ্রীর দুর্বোধ্য ও বহু পুরাতন মন্ত্রোচ্চারণ একটি আচার মাত্র। মূল কথা হইল—একটি পুরুষ ও একটি নারীর পরস্পরের দেহদানের সম্মতি এবং পরিবারবদ্ধ হইয়া বাস করিবার অভিপ্রায় প্রকাশ্যে ঘোষণা করা। ইহাতে নানাবিধ সুবিধা আছে। এরূপ প্রকাশ্য ঘোষণা না করিয়া নরনারী সংসর্গ করিলে অসুবিধা হইতে পারে, কিন্তু অসুবিধা ভোগ করিবে উহারা নিজেরা। সমাজের শান্তি বা শৃঙ্খলা ভঙ্গ করিয়া থাকিলে এরূপ দুইটি প্রাণীকে সমাজ নিন্দাও করিতে পারে। কিন্তু যে তৃতীয় ব্যক্তিটি (সন্তান) একেবারে নিষ্পাপ ও

নিরপরাধ তাহাকে অবজ্ঞা বা অবহেলা করিবার কারণ আছে কি? পিতামাতার বিবাহ ঢাকঢোল বাজাইয়া হইয়াছে, না মালাবদল করিয়া হইয়াছে বা আদৌ হইয়াছে কি না, কোন্ মৌলবী কলেমা বা কোন্ পুরোহিত মন্ত্র পড়িয়াছেন তাহা জানিবার সুযোগ ইহার হয় নাই; সে সম্বন্ধে এই আগন্তুকের মতামতের কথাই উঠে না।

(৩) অনুষ্ঠানবিহীন মিলনে যে সন্তানের সৃষ্টি, তাহার দেহে পিতামাতার গুণগুলি উত্তরাধিকার-সূত্রের যে নিয়মে বর্তায়, জাঁকজমক আড়ম্বরে বিবাহিত পিতামাতার গুণগুলিও সেই নিয়মেই বর্তায়। বস্তুত বিজ্ঞানের পরীক্ষায় তথাকথিত বৈধ বা অবৈধ সন্তানের মধ্যে মনুষ্যোচিত কোনই পার্থক্য দেখা যায় না। তাই মানব-সন্তান যে-ভাবেই জন্মগ্রহণ করুক না কেন, সে মানব হিসাবে সুষ্ঠু এক ব্যক্তি। তাহার পিতা ও মাতা আছে এই কথা অবিসংবাদিত। পিতা রাম বা শ্যাম, রহিম বা করিম, তাহাতে কিছুই আসে যায় না।

(৪) মোট কথা, সন্তান জন্মায় পুরুষ ও নারীর সমবায়ে। বিবাহ হইয়া গেলেই যে সকল ক্ষেত্রে স্বামীর ঔরসে সন্তান জন্মায় তাহা নহে। বিবাহিতা নারীও প্রেমিকের ঔরসে সন্তান ধারণ করিতে পারে ও করিয়া থাকে। একজন পণ্ডিতকে পিতার নাম জিজ্ঞাসা করা হইলে তিনি বলিলেন যে, তাঁহার মাতা অমুক, পিতা কে তাহা মাতাই জানেন। বস্তুত ইহাও ঠিক নহে। একাধিক পুরুষ সংসর্গ করিলে কাহার ঔরসে সে সন্তান-ধারণ করিল এই কথা সকল সময়ে নারীও বলিতে পারে না।* মাতার গর্ভের কথা নিশ্চিত; পিতা উপলক্ষ ও সহায়ক মাত্র। একবার বীর্যদান করিয়া সরিয়া পড়িলে বা মরিয়া গেলেও ক্ষতি নাই, মাতার কিন্তু গর্ভধারণের কষ্ট স্বীকার ও শারীরিক স্বাচ্ছন্দ্য ত্যাগের পক্ষে অপরিহার্য।

(৫) আজকাল 'কৃত্রিম প্রজননের' (Artificial Insemination) যুগে নির্দিষ্ট পিতা না হইলেও কোনও দোষ নাই। মানবেতর প্রাণীর মধ্যে উপযুক্ত জীবের বীর্য গ্রহণ করিয়া বংশের উৎকর্ষ সাধন করা হইতেছে। এমন স্বাধীনচেতা নারীর কথাও শোনা যায় যাঁহারা বিবাহবন্ধনের বাহিরে থাকিয়াও সন্তান কামনা করেন। তাঁহারা যে কোনও সুস্থ পুরুষের শুক্র কৃত্রিম পদ্ধতিতে গ্রহণ করিয়া সন্তান লাভ করিতে পারেন। স্বামী বন্ধ্যা হইলেও স্ত্রী উহার অনুমতি লইয়া এই প্রণালীতে সন্তান লাভ করিতে পারেন। এইরূপে সন্তানলাভ এখনও সমর্থন লাভ করে নাই। অদূর ভবিষ্যতে করিবেই। কিছুটা করিয়াছেই। চিরদিন সমাজের মনোভাব একই রকম থাকে না।

যত শীঘ্র মানব সমাজ উক্ত বিষয়গুলি বিচার করিয়া এই সিদ্ধান্তে আসে যে, মানবজীবন স্বভাব পবিত্র; জগতে মানুষ হইয়া আসিলেই হইল; তাহাকে

---

* উপনিষদে সত্যকাম জাবালার গল্প অথবা রবীন্দ্রনাথের 'ব্রাহ্মণ' কবিতা দেখুন।

সমপর্যায়ে স্থান দিতে হইবে ; সন্তানের ক্ষেত্রে বৈধ-অবৈধ প্রশ্নই অবান্তর, জারজ কথাটি আমাদের ভাষা হইতে উঠাইয়া দিতে হইবে—ততই মঙ্গল।

জন্মনিয়ন্ত্রণ ও পরিবার পরিকল্পনা সম্পর্কে শেষ কথা

এই পর্যন্ত আমাদের আলোচনার সারমর্ম ঃ

১। জন্মনিয়ন্ত্রণ করা এখন সবচেয়ে বড় অবশ্যকর্তব্য হইয়া পড়িয়াছে। লোক-সংখ্যা বৃদ্ধির ভয়াবহতা মারাত্মক হইয়া দাঁড়াইয়াছে। মানব বিবর্তনে প্রায় পনর লক্ষ বৎসর জন্মের হার প্রথমে আস্তে আস্তে, তাহার পর দ্রুত বাড়িয়া বাড়িয়া ১৯৬৮ সালে লোকসংখ্যা দাঁড়াইয়াছিল ৩০০ কোটির উপরে। এখন (১৯৮১) উহা ছাড়াইয়া পৌঁছিয়াছে ৪৫০ কোটির উপর। সরকার সমূহের সাধু প্রচেষ্টা সত্ত্বেও যে সন্তোষজনক ফল পাওয়া যাইতেছে না তাহার প্রমাণ ভারতে লোকসংখ্যা বৃদ্ধির অনুপাত। ১৯৭১-৮১ সালের কয়েক বৎসর জন্মনিয়ন্ত্রণ অব্যাহত ছিল। ঐ প্রকল্পে এমনকি অত্যাচারমূলক তৎপরতা ছিল বলিয়াও অভিযোগ শুনা গিয়াছে। তাহা সত্ত্বেও ভারতে শেষ লোক গণনায় লোকসংখ্যা দাঁড়াইয়াছে ৬৮ কোটি ৩০ লক্ষে। ঐ দশ বৎসরের বৃদ্ধির অনুপাতে আশঙ্কা করা যাইতেছে যে ২০০১ সালে ঐ সংখ্যা বাড়িয়া ৯৬ কোটিতে পৌঁছিবে। থাকা, পরা, খাবার সমস্যা কত মারাত্মক হইয়া পড়িবে তাহা চিন্তার বিষয়।

২। বজ্রকঠোর আইন প্রয়োগ করিয়া বৃদ্ধির গতিরোধ না করিলে রোগ, শোক, মহামারী, অনাহার, দুর্ভিক্ষ এবং পরিশেষে আশ্রয়ের ঠাঁই লইয়া কলহ-বিবাদ, ঝগড়া-ঝাটি, মারামারি ও যুদ্ধবিগ্রহ অনিবার্য হইয়া পড়িবে।

৩। শিক্ষিত, বুদ্ধিমান ও বুদ্ধিমতী সবাইকে আপনা হইতে জন্মনিয়ন্ত্রণে ব্রতী হইতে হইবে। অপেক্ষাকৃত গরীব, অশিক্ষিতদের বুঝাইয়া, এমনকি বাধ্য করিয়া পথে আনিতে হইবে। এই জন্যই চাই **পরিবার পরিকল্পনার যুদ্ধকালীন তৎপরতা।**

এখন পর্যন্ত সরকারী অফিসসমূহে যাহা কিছু হইতেছে উহা সমুদ্রে জলবিন্দুর সমতুল্য।

বহু লোকের এখনও এতটা সংকোচ বোধ দেখা যায় যে, ডাক্তারী দোকানে গিয়া 'কনডম' আছে ? কথাগুলি উচ্চারণ করিতে পারে না। অথচ, পাশ্চাত্যজগতে খোলা-খুলিভাবে যেখানে সেখানে উহা বা পিল পাওয়া যায়।

পরিবার পরিকল্পনা অফিসসমূহের এক মস্ত অসুবিধা···ওখানে যাইয়া বসিয়া থাকিয়া জিনিসপত্র আনিতে হয়। মেয়েরা যাইতে নারাজ, পুরুষেরাও লজ্জায় বিরক্তি বোধ করে।

৪। অথচ, ঘরে বসিয়াই স্বামী-স্ত্রী ও অবিবাহিত যুবক-যুবতী প্রামাণ্য বই পড়িয়া সম্যক জ্ঞানলাভ করিতে পারেন ও নিজ নিজ পছন্দমত ও অবস্থা অনুযায়ী জিনিসপত্র লোক মারফত বা ডাকযোগে লইয়া ব্যবহার করিতে পারেন।

গত ৪৫ বৎসর ধরিয়া আমার নানা পুস্তকে এই প্রসঙ্গ আলোচনা করার উদ্দেশ্যও উহা করিতে জনসাধারণকে উৎসাহ দেওয়া। ইহার উপরে ২১ বৎসর ধরিয়া আমারই পরিচালনায়, 'ফ্যামিলী ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস', ৩১, তোপখানা, ঢাকা-২, ফোন ২৩৮৪৫৭—নানারকম পুস্তক ও পুস্তিকা প্রচার করিয়া, জনসাধারণের জিজ্ঞাসা ও পত্রাদির উত্তর দিয়া ও কোনও কোনও ক্ষেত্রে বিনা পয়সায় ও অপরাপর ক্ষেত্রে অল্প খরচে খাঁটি ঔষধপত্র বিতরণ ও ডাকযোগে পাঠাইবার বন্দোবস্ত করিয়াছেন। এখন জায়গায় জায়গায় সরকার ঐসকল ঔষধপত্র, সাজসরঞ্জাম বিনা পয়সায় বা কম মূল্যে বিতরণ করেন বলিয়া উহারা এখন শুধু সদ্ পরামর্শ যোগাইয়া থাকেন।

এইরকম আরও বহু প্রতিষ্ঠানের দরকার রহিয়াছে। যৌনবিদ্যা-বিশেষজ্ঞ ও সমাজসেবী ডাক্তারেরা এই কাজে ব্রতী হইলে দেশের ও জনসমাজের প্রভূত উপকার হইবে।

॥ ছয় ॥

দম্পতির রতিজীবন

বিবাহরূপে মিলনের অনুমতির পরে দম্পতিকে ঠেকাইয়া রাখা যেমন অসম্ভব হয়, মিলনের মাত্রা অতিক্রম করিবার অথবা অস্বাস্থ্যকর অসংযমের আশংকাও তেমনিই অধিক থাকে। দৈহিক সম্পর্কের সুষ্ঠু ও সংযত সাধনার কথা দম্পতির পূর্বেই জানিয়া লওয়া আবশ্যক।

মিলনে তৃপ্তি

দাম্পত্য-বিহারে তৃপ্তি বিবাহিত জীবনে সুখ, শান্তি ও প্রেমের জন্য কত প্রয়োজনীয় তাহা বলিয়া শেষ করা যায় না। দাম্পত্য মিলনকে সংসার-বিরাগীরা ভুল ধারণাবশত জঘন্য দৈহিক কার্য মনে করিয়া থাকেন; বাস্তবিকপক্ষে প্রেমসঞ্জাত মিলন জঘন্যও নহে,

বি. দ্র.: 'জন্মনিয়ন্ত্রণ' সম্পর্কে প্রধান প্রধান তথ্যই এখানে উল্লিখিত হইল। প্রথম পুরুষ সংসর্গ হইতেই মেয়েরা গর্ভবতী হইয়া পড়িতে পারে এবং ঋতু সংহার না হওয়া পর্যন্ত এই সম্ভাবনা যখন তখন যে কোনও পরবর্তী সংসর্গে বাস্তবে পরিণত হইতে পারে ইহা ভাবিয়া আরও বিস্তারিত আলোচনা লেখকের 'জন্ম-নিয়ন্ত্রণ' বইতে করা হইল। স্বয়ংসম্পূর্ণ কম মূল্যে প্রাপ্তব্য বইটি জনসাধারণের পক্ষে সহজ লভ্য হইবে।

নিছক দৈহিকও নহে। সত্য বটে, যেখানে মিলন ক্ষয়স্থায়ী আসঙ্গলিপ্সার ফল মাত্র, যেখানে উহার পশ্চাতে গভীর ভালবাসা ও আন্তরিক সহানুভূতি বিদ্যমান নাই, সেখানে উহা দৈহিক ক্রিয়া মাত্র, সেখানে ঐ কার্যের সহিত অন্তরের সত্যকার কোনও যোগ থাকে না। কিন্তু যেখানে উহা ভালবাসা সঞ্জাত, যেখানে উহা প্রেম, প্রভাবিক দৈহিক উচ্ছ্বাস, সেখানে উহা দৈহিকের চেয়ে অনেক বেশী আত্মিক, সেখানে দুইটি প্রণয়ী-আত্মা নিজেদের দৈহিক পার্থক্য ভুলিয়া একান্ত ও একদেহ হইবার চেষ্টা করে মাত্র।

পবিত্র প্রেমসঞ্জাত ও নিছক দৈহিক ক্ষুধাসঞ্জাত মিলনের মধ্যে যে জাজ্বল্যমান পার্থক্য বিদ্যমান, ডঃ মেরী স্টোপ্স তাঁহার 'এণ্ডিওরিং প্যাশন' (Enduring Passion) নামক গ্রন্থে তাহা সুন্দরভাবে দেখাইয়াছেন। তিনি বলিয়াছেন যে, উহা যেখানে দৈহিক প্রয়োজনের ফল মাত্র, সেখানে উহার শেষে নারী-পুরুষ পরস্পরের প্রতি একটি অপ্রীতি, এমনকি ঘৃণা বোধ করিয়া থাকে, কিন্তু যেখানে উহা ভালবাসা-সঞ্জাত, সেখানে উহার পরও নরনারী একটি আত্মিক একত্ব বোধ করিয়া থাকে এবং তাহারা পরস্পরের আলিঙ্গনাবদ্ধ হইয়া সুখদায়ক নিদ্রায় অভিভূত হইয়া থাকে।

পক্ষান্তরে মিলনে তৃপ্তিলাভ না করিলে স্ত্রীর ভালবাসা গভীর ও স্থায়ী হইতে পারে না, এই কথাও অস্বীকার করিবার উপায় নাই। আধ্যাত্মিকতার প্রলেপ দিয়া অসুখী দম্পতিকে একত্রে বাঁধিয়া রাখিবার চেষ্টা করিলে তাহাতে ধর্ম, নীতি, সমাজ ও রাষ্ট্র সকলেরই ক্ষতি হইবে; কারণ তাহাতে ভণ্ডামি ও ব্যভিচারকে প্রশ্রয় দেওয়া হইবে মাত্র।

আমরা পূর্বেই বলিয়াছি, মানুষের আত্মা বা দেহ ছাঁচে ঢালাই করা জিনিস নহে যে, দুইটি দেহ বা আত্মা খাপে খাপে মিলিয়া যাইবে। সুতরাং দুইটি নর-নারী দেহে ও মনে সম্পূর্ণ সামঞ্জস্য লাভ করিবে, ইহা আশা করা যাইতে পারে না। কাজেই মিলনে তৃপ্তি খুব সুলভ হইবার কথা নহে এবং নহে বলিয়াই ইহা সাধনার বস্তু। এই সাধনাই বিবাহিত জীবনকে সুন্দর ও মধুময় করিয়াছে এবং তাহাকে আধ্যাত্মিক রূপদান করিয়াছে।

ক্রিয়ার সাধারণ-রূপ ও কলা-রূপ

আমাদের প্রত্যেক দৈহিক কার্যের দুইটি রূপ আছে: একটি সাধারণ-রূপ আর একটি কলা-রূপ। জীবনধারণের জন্য আহার্য গ্রহণ খাওয়ার সাধারণ রূপ। কিন্তু সেই খাদ্যদ্রব্যকে বিভিন্ন পাক-প্রণালীর দ্বারা নানাপ্রকার মুখরোচক আহার্যে রূপান্তরিত করিয়া সুন্দর পাত্রে রাখিয়া, সুন্দর আসন বা চেয়ার-টেবিলে বসিয়া ভক্ষণ করিবার নাম কলারূপে আহার করা। দৃষ্টান্তস্বরূপ দুধকে রসগোল্লা-সন্দেশে, চাউলকে পিষ্টকে ও আঙ্গুরকে সুরায় পরিণত করিয়া আহার বা পান করার কথা বলা যাইতে পারে। ভাব-

প্রকাশের জন্য আমাদিগকে কথা বলিবার শক্তি দেওয়া হইয়াছে। গদ্যে কথা বলাই আমাদের সে শক্তির সাধারণ ব্যবহার। কবিতায় শব্দালঙ্কারে সমৃদ্ধ কথা বলা বা লেখা তাহার কলা-রূপ, সঙ্গীত তাহার অধিকতর উন্নত কলা-রূপ। নৃত্য আমাদের আনন্দে উচ্ছ্বাসজনিত দেহ সঞ্চালনের কলা-রূপ।

কলা-রূপে মিলন

সেইরূপ মিলনেরও সাধারণ-রূপ ও কলা-রূপ আছে। মিলনের সাধারণ রূপে নিতান্ত দৈহিক মিলন মাত্র। এই কার্য পশুদের ন্যায় নিতান্ত যন্ত্রচালিতের মতও সম্পাদিত হইতে পারে, আবার নানারকম পুলকদায়ক কলা-কৌশলের সহিত সম্পাদিত হইতে পারে। মানুষ তাহার উদ্ভাবনীশক্তি প্রয়োগ করিয়া নিজের ইন্দ্রিয়সমূহকে যথাসম্ভব অধিক সুখদান করিবার জন্য অন্যান্য দৈহিক ক্রিয়াকে যেমন কলারূপে রূপান্তরিত করিয়াছে, মিলনকেও তেমনই সম্পূর্ণ কলা-রূপ দিতে পারে ও দেওয়া উচিত।

তৃপ্তিকর মিলনকে যদি আমরা স্থায়ী প্রেমের ভিত্তি বলিয়া স্বীকার করিয়া লই, তবে উহাকে কলা-রূপে চর্চা না করিয়া উপায় নাই। অভ্যাসের দ্বারা আমরা আমাদের সমস্ত অঙ্গ-প্রত্যঙ্গের কর্মক্ষমতাকে আয়ত্তাধীন করিতে পারি, একথা প্রমাণের জন্য যুক্তিতর্কের অবতারণা করিবার কোনও প্রয়োজন নাই। বিভিন্ন প্রকারের ব্যায়াম ও ডন-কসরতের দ্বারা মানুষ স্বীয় দেহের বিভিন্ন অঙ্গকে কেমন অদ্ভূতরূপে আয়ত্ত করিতে পারে, আমরা প্রত্যহ তাহার চাক্ষুষ প্রমাণ পাইতেছি। সুতরাং অভ্যাস ও চর্চার দ্বারা আমরা আমাদের যৌনক্ষমতাকে অনেকটা যদৃচ্ছ ব্যবহার করিতে পারি, এই কথা অবধারিত। ব্যায়াম-কসরতের দ্বারা অঙ্গের বিভিন্ন অংশকে আয়ত্ত করিয়া তাহাদের শক্তি প্রদর্শন করা আমাদের ব্যবহারিক জীবনে অপরিহার্য কর্তব্য নহে, তথাপি যখন সমস্ত শক্তি ও কৌশলের খেলা দেখানো সমাজে ও রাষ্ট্রে সমাদৃত হইতেছে, তখন যে অঙ্গের ক্ষমতা ও নিপুণ ব্যবহারের উপর দাম্পত্যজীবনের সর্বপ্রকার কল্যাণ নির্ভর করিতেছে, সে অঙ্গের ব্যবহার-বিধির চর্চা কেন কলা-রূপে হইবে না, তাহার যুক্তিসঙ্গত কোনও কারণ নাই। শুধু তাহাই নহে, মিলনকে কলা-রূপে চর্চা করা নিম্নলিখিত কারণে অত্যাবশ্যক।

উহার আবশ্যকতা

প্রথমত, দম্পতির বাসনার তীব্রতা সমান না হইবার সম্ভাবনা বেশী। তাই উভয়ের পর্যবেক্ষণ, ধৈর্য, সহানুভূতি, স্বার্থত্যাগ, সহৃদয়তা, সুবিবেচনা, সংযম, চেষ্টা ও অভ্যাসের দ্বারা উহার মধ্যে সমতা সাধন করা প্রয়োজন।

দ্বিতীয়ত, পুরুষ অপেক্ষা নারীর কামবাসনা ধীরে ধীরে জাগ্রত হয়। কামক্রীড়া ও কৌশলের দ্বারা দম্পতির কামোত্তেজনা বৃদ্ধির গতির সমতা সাধন না করিলে নারীর চরম পুলকপ্রাপ্তির পূর্বেই পুরুষের শুক্রস্খলন হইয়া যায় এবং নারী অতৃপ্ত ও নিরানন্দ থাকিয়া যায়। ইহাতে দাম্পত্যজীবন ত নিরানন্দ হয়ই, উপরন্তু নারী হিষ্টিরিয়া, মাথাধরা, মাথাঘোরা, খিটখিটে মেজাজ প্রভৃতি জটিল রোগে আক্রান্ত হইয়া থাকে।

তৃতীয়ত, স্বভাবত মিলনে নারী নিষ্ক্রিয় ও পুরুষ সক্রিয় বলিয়া প্রারম্ভে উভয়ের মনোভাবের পার্থক্য ও বিভিন্নতা থাকা স্বাভাবিক। আমাদের সমাজ ও ধর্মব্যবস্থা নারীজাতির এই অকর্মকত্বকে এতটা দৃঢ়মূল করিয়া দিয়াছে যে, নারী সভ্যতা, সামাজিক অনুশাসন ও ধর্মভাব অনুসারে স্ত্রীর বাসনাকে চাপিয়া রাখিয়া মিলনে একটি কৃত্রিম ঔদাসীন্য অভ্যাস করিয়াছে। এই কৃত্রিম ঔদাসীন্য নারীচরিত্রে এমন বৈশিষ্ট্যের সৃষ্টি করিয়াছে যে, উহার ফলে পুরুষের অসহিষ্ণু মন অনেক সময় নারীজাতিকে ভুল বুঝিয়া থাকে।

মহিলা যৌনবিজ্ঞানী ডঃ মেরী স্টোপ্‌স তাঁহার 'ম্যারেড লাভ' (Married Love) নামক গ্রন্থে অতি চমৎকাররূপে নারীমনের এই দিকটির আলোচনা করিয়াছেন। তিনি দুঃখ করিয়া বলিয়াছেন যে, বিজ্ঞানী, দার্শনিক ও শাস্ত্রকারেরা সকলে পুরুষ বলিয়া নারীচরিত্রের এই দিকটি কেহ কেহ সহানুভূতির সহিত আলোচনা করেন নাই। নারীর দৈহিক প্রয়োজনিয়তার দিকে পুরুষ এতটা কম দৃষ্টিপাত করিয়া থাকে যে, পুরুষ নারীর মধ্যে কামভাব জাগ্রত না করিয়াই স্ত্রীর নিকট মিলনের সহযোগিতা আশা করিয়া থাকে।

ডঃ স্টোপ্‌স এই বিষয়ে একটি সত্য দৃষ্টান্ত দিয়াছেন। এক রমণীকে তাঁহার স্বামী অতিশয় ভালবাসিতেন, বাড়ি হইতে বাহির হইবার ও বাড়িতে ফিরিবার সময় চুম্বন করিতেন। এত ভালবাসা সত্ত্বেও সেই রমণী মিলনে আনন্দ ও পুলক অনুভব করিতেন না। মহিলাটি অনেক চিন্তা করিয়াও ইহার কারণ বুঝিতে পারেন নাই। মহিলার স্বামী মহিলার গণ্ডদেশ ব্যতীত কোনও অঙ্গে কখনও চুম্বন করেন নাই। একদিন ঘটনাক্রমে স্বামীর ওষ্ঠদ্বয় স্ত্রীর স্তনে লাগিয়া যায়। ইহাতে স্ত্রীর দেহে অব্যক্ত অনুভূতির শিহরণ জাগিয়া উঠে। তিনি স্বামীর মুখ স্বীয় স্তনে চাপিয়া ধরেন, স্বামীও স্ত্রীর স্তনে চুম্বন করেন। মহিলাটি সেইদিন মিলনে এক অভূতপূর্ব, অনির্বচনীয় পুলক অনুভব করেন। এই দৃষ্টান্ত হইতে ডঃ স্টোপ্‌স ইহাই প্রমাণ করিতে চাহিয়াছেন যে, পুরুষ নারীদেহে বাসনা জাগ্রত না করিয়াই তাহার দেহ ব্যবহার করিতে চাহে এবং ফলে যথোপযুক্ত সাড়া না পাইয়া নারীর উপর দোষারোপ করে। নারী-চরিত্রের এই জটিলতার জন্যও নারী-পুরুষ উভয়কেই কলা-রূপে মিলনের চর্চা করিতে হইবে।

চতুর্থত, এমন অনেক পুরুষ ও নারী আছে, যাহাদের বাসনা ও ক্ষমতা এত বেশী

যে, তাহারা অপরপক্ষের জীবন দুঃখময়, এমনকি বিপন্ন করিতে পারে। বিশেষ বিশেষ উপায় অবলম্বন করিয়া ইহারাও স্বীয় প্রবৃত্তি ও শক্তিকে এমনভাবে সংযত ও আয়ত্ত করিতে পারে যে, নিজের সাথীর দেহের কোনও অনিষ্ট না করিয়াও উভয়ে তৃপ্তিজনক-ভাবে মিলিত হইতে পারে।

পঞ্চমত, এমন অনেক পুরুষ আছে, যাহাদের রতিশক্তি এত কম অথবা যাহারা রতিশক্তি কম মনে করিয়া এইরূপ লজ্জিত, ভীত ও সংকুচিত যে, তাহারা স্বীয় ন্যায্য সামান্য দাবীও পূরণ করিতে পারে না। ইহারা যে একেবারে সামর্থহীন, তাহা নহে। আবার সেইরূপ কতক নারীও কামশীতল ও রতিজড়। মানসিক ও শারীরিক অবস্থা-বৈগুণ্যেই তাহাদের (পুরুষ ও নারীর) শক্তি ও বাসনা পূর্ণতাপ্রাপ্ত হয় না। মিলনকে কলা-রূপে সাধনা করিয়া তাহাদের জীবন সুখের করা যাইতে পারে।

ষষ্ঠত, এমন অনেক পুরুষ আছে যাহাদের অঙ্গ এত স্থূল ও দীর্ঘ যে, নারীর পক্ষে উহা কষ্টদায়ক ও বিপজ্জনক। আমরা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে এই শ্রেণীর পুরুষের বর্ণনা দিয়াছি। পক্ষান্তরে এমন অনেক পুরুষ আছে যাহাদের অঙ্গ অতিশয় ক্ষুদ্র। ডঃ ভ্যান্ ডি ভেল্ডি তাঁহার 'আইডিয়্যাল ম্যারেজ' নামক গ্রন্থে নারী পুরুষের জননেন্দ্রিয়ের পারস্পরিক উপযোগিতার কথা বলিতে গিয়া লিখিয়াছেন যে, প্রশস্তযোনি নারীর অঙ্গে ক্ষুদ্র লিঙ্গ দ্বারা পুলকের স্পন্দন অনুভূত হইবে না ; ইহাতে যৌনক্রিয়া নিতান্তই একতরফা হইবে। কিন্তু কলা-রূপে উহার চর্চা করিয়া এই সমস্ত ব্যক্তিগত বৈশিষ্ট্য সত্ত্বেও নারী-পুরুষ আনন্দ, তৃপ্তি ও সন্তোষলাভ করিতে পারে। কলা-রূপে চর্চা না করিলে মানুষ বুঝিতেই পারিবে না যে, মিলনকে কত পুলকপ্রদ ও আনন্দদায়ক করা যাইতে পারে।

সপ্তমত, নির্বোধ পশুর মত দৈহিক প্রয়োজন মিটাইবার জন্য মিলিত হইলে পুনঃ পুনঃ গর্ভসঞ্চার হেতু নারী নিজের দেহ ও স্বামীর সংসারকে বিপন্ন করিয়া তুলিবে। ইহার প্রতিকারার্থে জন্মনিয়ন্ত্রণের বিশেষ উপায় অবলম্বন না করিয়া উপায় নাই।

আমাদের ইন্দ্রিয়ের উপর যথেষ্ট ক্ষমতা না থাকিলে আমরা অপরপক্ষের অসুখ-বিসুখ ও বিরহে ধৈর্য ধরিয়া সংযম অবলম্বন করিতে পারি না। তাই আমাদের স্বাস্থ্য-রক্ষার জন্য কলা-রূপে মিলনের চর্চা করা প্রয়োজন।

সংক্ষেপত, কলা-রূপ চর্চা ও অভ্যাসের দ্বারা বিহারকে তৃপ্তিকর করিবার উপরই আমাদের দৈহিক, মানসিক, পারিবারিক ও সামাজিক কল্যাণ নির্ভর করিতেছে। আমি পূর্বেই বলিয়াছি, মানব-জীবনের এমন তীব্র ও প্রধান বৃত্তির ব্যাপারে আমরা অন্ধভাবে প্রকৃতিকে অনুসরণ করিয়া চলিতে পারি না। এই জটিল ব্যাপারে আমরা নিরুপায় ভাবে নিয়তির উপর নির্ভর করিয়াও বসিয়া থাকিতে পারি না। সুতরাং অন্যান্য শ্রেণীর অনুশীলন ও দেহচর্চার ন্যায় দম্পতিকে এ-সম্বন্ধেও সবিশেষ সাধনা করিতে হইবে। কলা-রূপে চর্চা করিবার বিষয়টি এত জটিল, অথচ এত প্রয়োজনীয় ও বিস্তৃত যে আমরা

বিশদভাবে উহা আলোচনা করিব। এখানে আমরা কেবল উহার প্রয়োজনীয়তা প্রমাণিত করিলাম। এলিস, স্টোপ্‌স, ফ্রয়েড, হ্যামিল্টন, ভেল্ডি, স্টোন প্রমুখ যৌনবিজ্ঞানীগণ সকলেই মিলনকে কলারূপে শিক্ষা ও অভ্যাস করিবার প্রয়োজনীয়তার উপর বিশেষ জোর দিয়াছেন।

মিলনের সাধারণ রূপ

যৌনবোধের ব্যাখ্যা করিতে গিয়া আমরা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে বলিয়াছি যে, যৌনবোধ সহজাতবৃত্তি বলিয়াই ইনকিউবেটরে ফুটানো ডিম্ব প্রসূত একটি মোরগ ও মুরগীকেও একেবারে পৃথক করিয়া রাখিয়া পালন করিয়া একত্রে ছাড়িয়া দিলে উপযুক্ত বয়সে উহারা আপনা আপনিই মিলনে ব্রতী হইবে, এই কথা ধরিয়া লওয়া যায়। উহাদের কোনও শিক্ষার দরকার হয় না; পূর্ব অভিজ্ঞতা বা অপর প্রাণীর মিলনদৃশ্য দেখা ব্যতিরেকেও উহারা স্বাভাবিক সংস্কার বশে ঐ কার্য সমাধা করিতে পারে। অনুরূপ কারণে, একটি বালক ও বালিকা ছোটবেলা হইতে জনসমাজ হইতে দূরে পৃথক লালিত-পালিত হইয়া উপযুক্ত বয়সে সাহচর্যের সুযোগ পাইলে ধীরে ধীরে অন্যের বিনা পরামর্শে মিলনের প্রতিকৃতি বা দৃষ্টান্ত না দেখিযাও অন্য কোনো বাধা বিপত্তি না থাকিলে পরস্পরে উপগত হইবে।

তবে মানুষে ও ইতরপ্রাণীতে অনেকটা পার্থক্যও দৃষ্টিগোচর হয়। ইতরপ্রাণী যেরূপ সহসাই প্রকৃত আঙ্গিক সম্মিলনে সমর্থ হয়, নর ও নারী ততটা হয় না। পূর্বে জানা না থাকিলে আঙ্গিক মিলনের প্রকৃত প্রক্রিয়া আবিষ্কার করিতে কিছু বিলম্ব হইবে।

মিলনের প্রক্রিয়া শিক্ষা বা চেষ্টা সাপেক্ষ

জীবজগতে যৌনকামনা এক সহজাত বৃত্তি হিসাবে প্রকাশ পায়। নর ও নারীর একের অপরের প্রতি আকর্ষণও সহজাত। কিন্তু প্রকৃত যৌন মিলনের প্রক্রিয়া তাহারা শুনিয়া, জীবজন্তুর মিলন দেখিয়া বা উহার কথা পড়িয়া আয়ত্তে আনে।

নিরালা এক দ্বীপে বা পর্বত গুহায় একটি ছেলে ও মেয়েকে একত্র বাসের সুযোগ দিলে বড় হইয়া উহারা একে অপরে উপগত হইবে বটে কিন্তু ঠিক প্রক্রিয়ার সন্ধান না পাওয়া পর্যন্ত নানা চেষ্টা-চরিত্র করিতে থাকিবে।

ড্যাফনিস ও চোল্‌ (Daphnis and Chole)-এর গল্পে এই ব্যাপারের এক মজাদার—দৃষ্টান্ত মিলে। এই দুইটি প্রেমিক-প্রেমিকা একে অপরকে খুব ভালবাসে কিন্তু মিলনের প্রকৃত প্রক্রিয়া জানে না। ড্যাফনিস প্রেমিকাকে তাহার সহিত উলঙ্গ হইয়া শুইতে বলে এবং বহুক্ষণ ধরিয়া তাহার সহিত যথেচ্ছ ব্যবহার করিবার অনুমতি চায়।

কিন্তু প্রেমিকা উহাকে প্রশ্ন করে, "এমন করিয়া শুইয়াও চুম্বন, আলিঙ্গন এবং উলঙ্গ হইয়া একত্র শয়ন ছাড়া আর কি করিবার থাকিতে পারে ? কেন ড্যাফনিস ? তুমি কি দেখিতে পাও না কেমন করিয়া মেষ ও ছাগলেরা দাঁড়াইয়া দাঁড়াইয়া পিছন হইতে একে অপরে উপগত হয় ?"

ড্যাফনিস তাহার কথামত তাহাকে শোয়াইয়া নিজে শুইয়া বহুক্ষণ পর্যন্ত সোহাগ করিল ; পরে তাহাকে উঠাইয়া ছাগলের অনুকরণ করিল। কিন্তু উদ্দেশ্য-সিদ্ধিতে বিফল হইয়া অনুশোচনা করিল এই বলিয়া যে, হায় ! সামান্য পশুর চেয়েও সে বিহারে অজ্ঞ ও অপারগ।

ড্যাফনিস পরে এক বৃদ্ধ প্রতিবেশীর যুবতী স্ত্রী, লাইসেনিয়াম (Lycaeniam)-এর নিকট হইতে শিক্ষা পায়। সে মুখে ও কাজে তাহাকে মিলনকথা শিক্ষা দেয়। ড্যাফনিস তৎক্ষণাৎ নিজের প্রেমিকের কাছে দৌড়াইয়া যাইতে চাহে। লাইসেনিয়াম বাধা দিয়া বলে তোমার প্রেমিকার সাথে অতটা করিতে চাহিলে সে দারুণ কষ্ট পাইবে এবং এমনকি, রক্তারক্তি কাণ্ড হইয়া বসিতে পারে। তোমাকে আস্তে আস্তে উপগত হইতেই হইবে।

তাহার পরামর্শ মতে প্রেমিক-প্রেমিকা পরিশেষে বিবাহ-বন্ধনে আবদ্ধ হয় এবং ধীরে ধীরে মিলন কার্য সমাধা করে।

গল্পটিতে মূল্যবান তথ্যের অবতারণা করা হইয়াছে। মিলন প্রক্রিয়া যে শিক্ষণীয় তাহা বুঝানো হইয়াছে—আবার নব বধূকে জোর জবরদস্তিমূলক ব্যবহারে নির্যাতন করিতে নাই—এই কথাও বলা হইয়াছে। মেয়েরাও সে সময়ে যৌন-ক্রিয়া সম্পর্কে অজ্ঞ থাকিত সে কথারও আভাস রহিয়াছে। অজ্ঞ বা বিবেচনাহীন স্বামী পশুর মত ব্যবহার করিয়া বসিতে পারে সে কথা সত্য।

সঙ্গমের সাধারণ-রূপ বলিতে জনসাধারণ অধিকাংশ ক্ষেত্রে যাহা জানে এবং করে তাহাই বুঝিতে হইবে। জনসাধারণ বোঝে : পুরুষ সঙ্গম বা সহবাস করে ; নারী উহার পাত্র মাত্র। পুরুষের ইচ্ছা হইলে সে সঙ্গম করিবে ; নারী সহ্য করিয়া যাইবে। পুরুষের শুক্রস্খলনই সঙ্গমের শেষ ; নারীরও মুক্তি। নারীর ইচ্ছা না থাকিলেও বা আনন্দ না হইলেও ক্ষতি নাই ; কারণ পুরুষই কর্তা বা ভোক্তা।

এইরূপ ধারণা বা সংস্কার লইয়া দম্পতি যাহা সমাধা করে তাহার সাধারণ-রূপ এই : দম্পতি একটি একঘেয়ে রতিজীবনে পড়িয়া যায়। দিনের পর দিন স্বামী ইচ্ছা ও সামর্থ্য অনুযায়ী স্ত্রীর দেহ উপভোগ করিয়া যায়। ী অতৃপ্ত ও বিরক্ত হইয়া কিছুক্ষণ এপাশ-ওপাশ করিয়া অবশেষে ঘুমাইয়া পড়ে। কোটি কোটি ক্ষেত্রে, সর্বদেশে, দিনের পর দিন, রাত্রির পর রাত্রি এইরূপ শোচনীয় ব্যাপার ঘটিতেছে।

মিলনের কলা-রূপ

কলা-রূপ কল্পনা করিতে হইলে আমাদিগকে আদর্শ মিলন কি তাহা বুঝিতে হইবে। ডাঃ ফোরেল তাঁহার 'Sexual Question' নামক সুবিখ্যাত পুস্তকে Mechanism of Coitus শীর্ষক অনুচ্ছেদে মিলনের যে বিশ্লেষণ করিয়াছেন তাহা এই ঃ আঙ্গিক মিলনে উভয়ের, বিশেষত পুরুষের স্বচ্ছন্দ অঙ্গচালনা উভয়ের জননেন্দ্রিয়ের শ্লৈষ্মিক ঝিল্লীর উত্তেজনা বৃদ্ধি করিয়া থাকে; ইহাতে নারী পুরুষের বিশেষাঙ্গসমূহের উত্তেজনা হইয়া তাহা উভয়ের সর্বশরীরে পরিব্যাপ্ত হয়; ঐ উন্মাদনার চরম বিকাশে পুরুষের শুক্রস্খলন ও নারীরও চরম পুলকলাভ হইয়া থাকে; ফলে উভয়েরই সাময়িক স্নায়বিক উত্তেজনার শান্তি হয়।

ডাঃ ভেল্ডি সহবাসের সংজ্ঞা দিতে গিয়া বলিয়াছেন ঃ সহবাস অর্থে দুইটি পরিণতবয়স্ক নর ও নারীর আঙ্গিক মিলন, যাহাতে নিষ্ঠুরতা বা কোন কৃত্রিম উপায়ে উত্তেজনা সৃষ্টির প্রয়াস নাই, যাহার লক্ষ্য প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে উভয়ের চরম যৌন-তৃপ্তি, যাহাতে কতকটা উত্তেজনার পরে নারীর অঙ্গে পুরুষের শুক্রস্খলনে একই সময়ে উভয়ের চরম পুলকলাভের পরিসমাপ্তি ঘটে।

আমাদের মতে, ডাঃ ভেল্ডি এই সংজ্ঞায় অনাবশ্যক দুই-একটি উপকরণ যোগ করিয়াছেন। যাহা হউক, উপরোক্ত আলোচনা হইতে মিলনের স্বরূপ বুঝিতে কষ্ট হইবে না।

নারী-পুরুষের বাসনার তুলনা

নারী-পুরুষের বাসনার তুলনা সম্বন্ধে বহু বাকবিতণ্ডা হইয়া গিয়াছে। হ্যাভলক এলিস তাঁহার জগদ্বিখ্যাত পুস্তক Studies in the Psychology of Sex-এ নারীজাতির কামাবেগ (The Sexual Impulse in Women) শীর্ষক আলোচনায় বহু তথ্য পরিবেশন করিয়াছেন।

ইতিহাস পর্যালোচনা করিলে আমরা দুইটি বিপরীত মতবাদের উল্লেখ দেখিতে পাই। একটি এই যে, নারীর কামাবেগ পুরুষের অপেক্ষা বেশী; অপরটি এই যে, উহা অপেক্ষাকৃত কম।

মনুসংহিতায় স্ত্রীলোকের কাম, ক্রোধ, শয্যা-আসক্তি ও বাহ্যভূষণে লিপ্সা অধিক বলিয়া উল্লেখ আছে।

ইহুদীরা নারীজাতির কামাবেগ অধিক বলিয়া মনে করে।

গ্রীক পুরাণে সমলৈঙ্গিক ভালবাসারই উল্লেখ বেশী ছিল। নারী-পুরুষের ভালবাসায় প্রাচীন গ্রীক পণ্ডিতেরা স্ত্রীলোককেই প্রেম-অভিসারিণী বলিয়া চিত্রিত করিতেন।

ল্যাটিন সাহিত্যে ওভিড (Ovid) নারীকেই কামপ্রাধান্য দিয়া চিত্রিত করিয়াছিলেন। এই মতবাদই অষ্টাদশ শতাব্দী পর্যন্ত প্রবল ছিল।

গ্যালেনের অভিমতে পুরুষের চেয়ে স্ত্রীলোকের পক্ষে ব্রহ্মচর্য পালন অধিক কষ্টকর। আরবজাতিরও ইহাই অভিমত ছিল।

পূর্বকার খ্রীস্টান ধর্মযাজকেরা নারীকেই অধিকতর কামাতুর এবং কুহকিনী মনে করিতেন।

সপ্তদশ শতাব্দীর শরীরতত্ত্ববিদেরা এই প্রশ্নের বিচার করিয়া অনেকেই এই মত প্রচার করেন যে, নারীর ভোগতৃষ্ণা ও আনন্দলিপ্সা উভয়ই অপেক্ষাকৃত অধিক।

জগদ্বিখ্যাত যৌনবিজ্ঞানীদের মধ্যে মন্টেগাজা (Mantegazza), ব্ল্যাকওয়েল (Blockwell), ব্লক (lock), ক্লাউস্টন (Clouston), মারো (Marro), ফোরেল (Forel) প্রমুখ উপরোক্ত মতের পরিপোষক।

ডাঃ কিশ (Kisch) মন্তব্য করিয়াছেন যে, নারীর জীবনে সময়বিশেষে কামাবেগ এত প্রবল হইয়া থাকে যে, এই প্রভাব তাহার সমস্ত আচরণ আচ্ছন্ন করিয়া ফেলে এবং গর্ভধারণ সম্বন্ধে কোন ভয় ভাবনাই তাহার মনে উঠে না। পক্ষান্তরে, এমনকি গর্ভধারণ ভয় থাকা সত্ত্বেও সে মিলন কামনা করে, উহার সম্ভাবনা না থাকিলে ত কথাই নাই।*

একটি উদ্ভট সংস্কৃত শ্লোক আছে যাহার সারমর্ম এই যে, নারী পুরুষ অপেক্ষা ভোজনে চতুর্গুণ, কলহে ছয় গুণ ও যৌন লিপ্সায় আট গুণ বেশী। শুধু তাহাই নহে, কেহ কেহ টীকা করিয়া আরও ব্যাখ্যা করিয়াছেন এই বলিয়া যে, যদিও নারীর লিপ্সা পুরুষ অপেক্ষা আট গুণ তথাপি তাহার লজ্জা ষোল গুণ বলিয়া তাহার কামভাবের প্রকাশ হয় না। কল্পনার বাহাদুরী কত!

আধুনিক অনেক লেখক, ডাক্তার ও বিজ্ঞানী অপর মতের প্রচার করেন। তাঁহাদের মতে অনেক নারীই কামশীতল (sexually frigid)। এই প্রকার নারীর সংখ্যা বিভিন্ন মতে শতকরা ৭৫, ৫০, ৩০ ও ১০ জন। এদিকেও মতের ছড়াছড়ি কম নহে।

মোটের উপর উভয় মতই কতকগুলি দৃশ্য বা অনুমেয় উপকরণের উপর প্রতিষ্ঠিত। প্রথমোক্ত মতের স্বপক্ষে বলা যায়ঃ

(১) সন্তান-ধারণের মত ভয়াবহ শারীরিক বিপর্যয়ের সম্ভাবনা থাকা সত্ত্বেও নারী মিলনে উন্মুখ হয়। অবশ্য সন্তানলাভেচ্ছা ইহার জন্য কতকটা দায়ী। তবে কুমারী বা বিধবাদের ক্ষেত্রে এইরূপ ইচ্ছার কথা খাটে না।

---

*ভারতচন্দ্র লিখিয়াছেন: "ভবিষ্যৎ ভেবে কেবা বর্তমানে মরে
প্রসবের ভয় তবু পতি-সঙ্গ করে।"

(২) পুরুষের মত নারীর তত রতিক্লান্তি হয় না ; সে এক সময়ে একাধিকবার সহবাসে অনায়াসে সক্ষম হয়।

(৩) অধিকাংশ ক্ষেত্রেই চরমতৃপ্তিলাভে পুরুষ অপেক্ষা নারীর অনেক বেশী সময় লাগে। পুরু[illegible] শীঘ্র শীঘ্রই হয় বলিয়া অনেক ক্ষেত্রে নারীকে অতৃপ্ত দেখা যায়।

অপরপ[illegible] যায় :

(১) আবাল্য সংস্কারবশত নারী কামভাব বা উপভোগের ইচ্ছাকে মন্দ, নোংরা, ঘৃণ্য বা পাপ মনে করে বলিয়া তাহাকে যথাসাধ্য চাপিয়া রাখে ও প্রশংসা পাইবার জন্য অথবা লজ্জাবশত ঔদাসীন্যের ভাব দেখায়।

(২) বহু যুগের সামাজিক শাসন, নিয়ম ও প্রথা নারীর কামভাব প্রকাশের প্রতিকূল।

(৩) নারীর বাসনা পুরুষের মত অত সহজে ও শীঘ্র জাগ্রত হয় না ও দ্রুতগতিতে বৃদ্ধি পায় না।

(৪) নারীর স্বভাবসুলভ ধৈর্য ও সলজ্জভাব বাসনাকে সংযত রাখে।

(৫) নারীর বাসনা আবার মাসের সব সময়ে সমান থাকে না। সময়বিশেষে বেশী এবং অন্য সময়ে কম থাকে। ইত্যাদি, ইত্যাদি।

হ্যাভলক এলিস নানা মতবাদের উল্লেখ করিয়া এবং বহু স্ত্রীলোকের আত্মবিবরণীর উপর নির্ভর করিয়া এই সিদ্ধান্ত করিয়াছেন যে, পূর্বকালে নারীর কামাবেগ সম্বন্ধে যেমন অতিরঞ্জিত ধারণা পোষণ করা হইত, আজকাল উহার কামশীলতা সম্বন্ধেও তেমনি অহেতুক ধারণা করা হইতেছে।

এখন প্রায় সর্ববাদিসম্মতভাবে স্থিরীকৃত হইয়াছে যে স্ত্রীলোকের কোনও কোনও ক্ষেত্রে, নানা কারণবশত বাসনার জড়তা ও কামশীতলতা (frigidity) থাকিলেও সুস্থা, সবলকায়া, স্বাভাবিক অবস্থাসম্পন্না নারীর বাসনা যথেষ্ট তীব্র।

তবে নারী-পুরুষের রতিরুচির বৈচিত্র্য ও বিভিন্নতা নিশ্চয়ই আছে।

রতিরুচির বৈচিত্র্য

নারী-পুরুষের বাসনার বৈচিত্র্য ও বিভিন্নতা সম্বন্ধে দম্পতির জ্ঞাতব্য তথ্যসমূহের মধ্যে কতকগুলি এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে আমরা বর্ণনা করিয়াছি। আরও কতকগুলি তথ্যের এখানে উল্লেখ করা দরকার। সুবিধার জন্য আলোচিত তথ্যগুলির পুনরুল্লেখ ও নূতন তথ্যগুলির বিশ্লেষণ করিব।

(১) মিলনে পুরুষ সকর্মক। পুরুষের এই বাসনা স্বতঃস্ফূর্ত ও জন্মদাতা

হিসাবে ইহাই তাহার পক্ষে স্বাভাবিক। শুক্রসঞ্চয়জনিত উত্তেজনার এই সকর্মকতা অনেকটা কারণ।

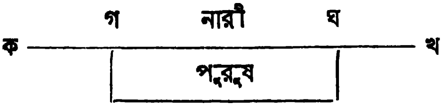
বিহারে নারীর অংশ অল্পবিস্তর অকর্মক। তবে উত্তেজিত হইবার পর তাহারও সকর্মকতা প্রকাশ পায়। তাহার যৌন অনুভূতির স্থানগুলি বিস্তৃত ও ব্যাপক।

(২) নারীর যৌনবাসনা এই কারণে বিচিত্র। লজ্জা ও অন্যান্য সামাজিক শিক্ষাবশত মিলনে দৃশ্যত তাহাকে অনিচ্ছুক অথবা উদাসীন দেখা গেলেও এই কার্যে সে পুরুষের নিকট খানিকটা জবরদস্তি আকাঙ্ক্ষা করিয়া থাকে। তাহার কৃত্রিম অনিচ্ছা ও প্রকৃত অনিচ্ছা বুঝিয়া উঠা অনেক সময়ে পুরুষের পক্ষে দুঃসাধ্য। তবে পূর্ব-অভিজ্ঞতা হইতে পুরুষ সচেতনভাবে লক্ষ্য করিয়া গেলে স্ত্রীর ঐরূপ ভাব কৃত্রিম কি প্রকৃত বুঝিতে পারিবে।

(৩) পুরুষের কাম ও তাহার প্রকাশভঙ্গী প্রায়ই এক প্রকারের হইয়া থাকে। ব্যক্তিগত সামান্য ব্যতিক্রম ছাড়া অধিকাংশ পুরুষেরই বাসনার তীব্রতা প্রায় একই রূপ।

নারীর বেলায় এই বাসনার তারতম্য অনেক বেশী।

ডাঃ এক্সনার (Dr. Exner) একটি চিত্র দিয়া ইহা বুঝাইবার চেষ্টা করিয়াছেন। উহা এইরূপ ঃ



১৭নং চিত্র

ক খ লাইনটি নারীর কামের তীব্রতার মাত্রার তারতম্য বুঝায়; ক চিহ্নিত স্থানে প্রকৃত রতিজড় (truly frigid) এবং খ চিহ্নিত স্থানে একেবারে রতি-উন্মত্ত (Nymphomaniac) নারীকে রাখিলে ইহার মধ্যবর্তী স্থানে নানা স্তরের বাসনাযুক্তা নারীকে দেখা যায়।

পুরুষের মধ্যে ঐরূপ তারতম্যের লাইন তাহা হইলে মোটামুটি গ ঘ রেখায় বুঝাইবে। গ অল্পতা এবং ঘ আধিক্য বুঝাইবে।

এই সূত্র হইতে বুঝা যাইবে কেন অনিচ্ছাকৃতভাবেও দম্পতির রতিতৃপ্তির ব্যাঘাত হইতে পারে। গ বিন্দুর কাছাকাছি কোন পুরুষ ঘ-খ এর মধ্যবর্তিনী কোন নারীকে বিবাহ করিলে উভয়ের পক্ষে অসুবিধা হইবার কথা। তবে উপযুক্ত ধৈর্য ও কৌশল সকল ক্ষেত্রেই অনেকটা সহায়তা করিতে পারে।

(৪) পুরুষের যৌনবাসনা সদাজাগ্রত; ব্যক্তিবিশেষে নিবন্ধ না হইয়াও সামান্য উত্তেজনায় উহা খড়ের আগুনের মত সহসা উদ্দীপ্ত হইয়া উঠে।

মোটা একখানি পঞ্জী বিশ্বকোষ প্রকাশ করিয়া বহু কুসংস্কারের মূলে কুঠারাঘাত করিয়াছি। বহুল প্রচারের উদ্দেশ্যে উহার দাম নামে মাত্র রাখিয়াছি যদিও উহার পৃষ্ঠাসংখ্যা ৭০০-এরও উপরে।

বলা বাহুল্য, দাম্পত্যবিহারে কাল, যোগ বা তিথি পালনের কোনই আবশ্যকতা নাই। পূর্ণিমা, অমাবস্যাতেও দম্পতির স্বচ্ছন্দ বিহার প্রশস্ত।

॥ নয় ॥

মিলনের বিধিব্যবস্থা

একত্র শয়ন বা ভিন্ন বিছানা

স্বামী-স্ত্রীর শুইবার ব্যবস্থা লইয়া নানা মতামত দৃষ্ট হয়। প্রায় সকল ব্যবস্থারই সমান জোরের সমর্থক পাওয়া যায়।

একসঙ্গে শুইবার ব্যবস্থার পক্ষে বলা যায়ঃ

(১) মায়া-মমতাবোধ বাড়ে; (২) ছোটখাটো মতভেদ বা মতানৈক্য আলোচনা দ্বারা দূর করা যায়; (৩) এমনকি গুরুতর মতভেদও একত্র বাসের ফলে দূরীভূত হয় বা লঘু হয়; (৪) উভয়ের যৌনাকাঙ্ক্ষা প্রয়োজন হইলে মিটানো যায়; (৫) একে অপরের কাছে থাকায় সন্দেহ বা ঈর্ষার অবকাশ থাকে না।

বিপক্ষে বলা যায়ঃ

(১) সদাসংসর্গে মায়া-মমতার বদলে উপেক্ষা বা বিরক্তির ভাব আসিতে পারে; (২) তর্কাতর্কি হইতে ঝগড়াঝাটি পর্যন্ত হইতে পারে; (৩) অতিরিক্ত যৌন উপভোগ অপরিহার্য হইয়া উঠে; (৪) উহার ফলে সন্তান-সন্ততি অযথা বৃদ্ধি পাইতে পারে; সুনিদ্রার ব্যাঘাত হইতে পারে।

ইহাদের মধ্যে (৩) দফাই বিশেষভাবে উল্লেখযোগ্য। এ বিষয়ে সন্দেহ নাই যে, একত্রবাসে পরস্পরের উত্তেজনার কারণ ও উপভোগের সুযোগ বৃদ্ধি পায়। তবে সন্তান-সন্ততি বৃদ্ধির কথা স্বতন্ত্র। ভিন্ন বিছানায় বা কামরায় থাকিলেও সুস্থ স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে যৌন-সংসর্গ চলিবেই। জন্মনিয়ন্ত্রণের প্রক্রিয়া অবলম্বন না করিলে সংসারবৃদ্ধির ভয় সকল সময়েই থাকিবে।

ভিন্ন বিছানায় বা কামরায় শুইবার পক্ষে বলা যায়ঃ

(১) সুনিদ্রার সুবিধা হয়; (২) উত্তেজনার সুযোগ কম হয় এবং উপভোগের মাত্রা, প্রকৃত বাসনা বা শরীরের চাহিদা অনুযায়ী সুনিয়ন্ত্রিত হয়; (৩) কাছে থাকিয়াও সামান্য দূরে থাকায় স্বামী-স্ত্রী একের অন্যের প্রতি আকর্ষণ ও আগ্রহ বজায় থাকে।

বিপক্ষে বলা যায় :

(১) নিজের স্বার্থ ও আরামের দিকে চাহিয়া চাহিয়া একে অন্যের প্রতি ক্রমে ক্রমে কম আকর্ষণ বোধ করিতে পারে ; (২) সন্দেহপরায়ণ লোকের পক্ষে অশান্তিকর হইতে বাধ্য ; (৩) আমাদের দেশে সাধারণত ইহাকে স্ত্রীর শাস্তি বিধান করিবার এক উপায় মনে করা হয়। স্ত্রী এইজন্যই মনঃক্ষুন্ন হইতে পারে।

একই কামরায় কাছাকাছি রক্ষিত অথচ ভিন্ন বিছানায় থাকিলে উপরোক্ত দোষ দুইটিরই খানিকটা স্খলন হয় বলিয়া অনেকে বলেন। বাস্তবিক পক্ষে, স্বামী স্ত্রীর অভিরুচির উপরেই এই ব্যবস্থা নির্ভর করা উচিত।

আমরা ভিন্ন বিছানা ও কামরার বিপক্ষে। অধিকাংশ দম্পতিকেই এক বিছানায় থাকিতে দেখা যায়। কেবলমাত্র যৌনমিলনের মাত্রা খুব বেশী এবং তজ্জন্য শরীরের ক্ষতি হইতেছে মনে হইলে ভিন্ন বিছানার ব্যবস্থা উহা হ্রাস করিতে সক্ষম বলিয়া উহার পরামর্শ দেওয়া যাইতে পারে।

একত্র শয়নে আসনকলা

এক বিছানায় পাশাপাশি শুইয়াও মিলনের পরিমাণ নিয়ন্ত্রণ করা যায়। প্রথম প্রথম বাড়াবাড়ি হওয়ারই সম্ভাবনা থাকে। সেজন্য মাঝখানে বালিশের ব্যবধান রাখিয়া স্পর্শন ও আলিঙ্গন হইতে বিরত থাকিয়া মিলনের মাত্রা নিয়ন্ত্রণ করা ভাল।

বিবাহিত জীবনের মাঝামাঝিতে স্থৈর্য ও আত্মসংবরণের ক্ষমতা আসে। তখন মিলনের প্রোগ্রাম বানাইয়া উহা রক্ষা করিয়া চলিতে হয়। মিলনের দিন বা রাত্রি ছাড়া অপর সময়ে স্বামী-স্ত্রী আলিঙ্গনাবস্থায় থাকিতে পারে ও শৃঙ্গারের বহুবিধ পর্যায় উপভোগ করিতে পারে।

উচ্চশিক্ষিত সুরুচিসম্পন্ন এক দম্পতি বিবৃতি দেন :

"আমাদের বয়স যথেষ্ট। ছেলেমেয়ে আছে। মিলনের পরিমাণ সপ্তাহে একবার। মাঝে মাঝে দুইবার। কিন্তু আমরা পরস্পরকে এত চাই যে, বিছানায় অঙ্গাঙ্গিভাবে জড়াইয়া না শুইলে ঘুমই হয় না। চুম্বন, আলিঙ্গন, পরস্পরের দেহ স্পর্শন, স্তনে হস্ত সঞ্চালন ইত্যাদি হওয়াই চাই। স্বামীর একহাত কাঁধের নীচে থাকিবেই। স্বামীর অপর হাত স্ত্রীর স্তনের উপর, পায়ে পায়ে জড়াইয়া কখনও সামনা-সামনি কখনও পিছন হইতে চাপিয়া থাকিয়া আমরা পরম আনন্দ উপভোগ করি। চরম উত্তেজনা হইতে বিরত থাকি। মিলনের দিন বা রাত্রির কথা স্বতন্ত্র।

"উপযুক্ত মাত্রায় আত্মসংবরণের ক্ষমতা না থাকিলে এত ঘনিষ্ঠতা মিলনে পরিণত হইয়া থাকে। সেজন্য পরিণত বয়সেই এই আনন্দ মাত্রা অতিক্রম না করিয়া উপভোগ করা যায়।

"আমাদের বিবাহিত জীবনের প্রথম অবস্থা আর এখনকার অবস্থা যথেষ্ট বিভিন্ন। তখনকার উত্তেজনা, মাত্রাভঙ্গ, বাড়াবাড়ির তুলনায় এখনকার স্থৈর্য, গভীর ভালবাসা, একাত্মবোধ বেশী উপভোগ্য।"

প্রথম প্রথম মিলনে সাবধানতা

যৌন-সাহিত্যে ফুলশয্যার দিন প্রথম মিলনে এবং প্রথম কয়দিন কি করিয়া যথেষ্ট সাবধানতা অবলম্বন করিতে হয় তাহার বিস্তৃত বর্ণনা আছে। কয়েকটি বিষয়ে সদ্য-বিবাহিত পুরুষ ও নারীর সতর্কতা অবলম্বন করিতে হইবে।

(১) নারীর সংস্কার ও লজ্জাশীলতায় সহসা আঘাত না পায় এজন্য পরম আদর ও যত্নে উহাকে মিলন উন্মুখ করিতে হইবে। তাড়াহুড়া করিয়া উহার মনোভাবের কিঞ্চিৎমাত্র সম্ভ্রম না করিয়া, বলপ্রয়োগ করা পাশবিকতা ছাড়া আর কিছুই নহে। অনেক সুরুচিসম্পন্না নারী হয়ত এইরূপ উদ্ভট আচরণে বিরক্ত হইয়া আজীবন মিলনকে ঘৃণার কার্য এবং স্বামীকে অভদ্র, নিষ্ঠুর ও কামুক বলিয়া মনে করিতে পারে। অনেক ক্ষেত্রেই স্বামীর এইরূপ অসাবধান বলপ্রয়োগ হইতে স্ত্রীর রতিজড়তা (Frigidity) উদ্ভূত হয়।

একত্র শয়ন ও আলাপ-আলোচনায় ভাব হইবার পর ক্রমে ক্রমে স্ত্রীকে বিহারে সম্মত করিতে হয়। শৃঙ্গারের পর্যায়গুলির দিকে বিশেষ লক্ষ্য রাখিতে হইবে। এ প্রসঙ্গ পূর্বেই আলোচিত হইয়াছে।

যাহাতে স্ত্রী লজ্জা বা ভয় না পায় এজন্য বিবস্ত্র হইতে বা করিতে নাই। যতদূর সম্ভব শালীনতা রক্ষা করিতে হইবে।

নারীর লজ্জাশীলতার বিভিন্ন স্তর দেখা যায় বলিয়া পুরুষের পক্ষে আরও অসুবিধা। যে বালিকা বা যুবতী স্বাভাবিকভাবে খুব লজ্জাশীলা সেও হয়ত প্রথম হইতেই স্বামীর নিকট লজ্জাহীনা হইতে পারে। আবার কেহ হয়ত দীর্ঘকাল বিবাহিত জীবনযাপনের পরও স্বামীর নিকট লজ্জাত্যাগ কিছুতেই করিতে পারে না। শিক্ষা দীক্ষা ও পারিপার্শ্বিকের প্রভাব এজন্য দায়ী বটে, কিন্তু একই প্রকার শিক্ষা দীক্ষায় ও একই পারিপার্শ্বিকে মানুষ হইয়াও লজ্জাশীলতার ব্যতিক্রম হয়। অনেক দম্পতির ফুলশয্যার রাত্রের ইতিহাস সংগ্রহ করিয়া নারীর এই বিচিত্র প্রকৃতির অনেক উদাহরণ জানা গিয়াছে। একই প্রকার শিক্ষাপ্রাপ্ত ও একই পারিপার্শ্বিকে মানুষ দুইটি ভগিনীর কাহিনী এইরূপ :

(ক) জ্যেষ্ঠা ভগিনীর ১৯ বৎসর বয়সে বিবাহ হয়, স্বামীর বয়স তখন বোধ হয় ২৭ / ২৮। ফুলশয্যার রাত্রেই প্রথম সহবাস হয়, কিন্তু স্ত্রীর অতিরিক্ত লজ্জাশীলতার জন্য বেশ অসুবিধা হয়। স্ত্রীর সর্বাঙ্গের বসন যথাস্থানে রাখিয়াই শৃঙ্গার করিতে হয়। তাহার পর স্ত্রীর উপরে উপুড় হইয়া শুইবার পর অনেক সাধ্যসাধনায় তবে নিম্নাঙ্গের বসন সরানো সম্ভব হয়। বিবাহের পর ২ বৎসর গত হইয়াছে। একটি সন্তান হইয়াছে।

স্বামীকে খুব ভালও বাসে কিন্তু এ পর্যন্ত দিবাভাগে বা রাত্রে আলো জ্বালিয়া মিলন এবং স্ত্রীর নগ্নরূপ দর্শন সম্ভব হয় নাই। ইহা লইয়া স্বামী মান-অভিমান করিলে কাঁদিয়া পায়ে ধরিয়া মান ভাঙাইয়াছে, কিন্তু লজ্জা ত্যাগ করিতে পারে নাই।

(খ) কনিষ্ঠা ভগ্নীর বিবাহ হয় ১৮ বৎসর বয়সে, স্বামীর বয়স ২৪/২৫ বৎসর মাত্র। বিবাহের রাত্রে মধ্যরাত্রেই বাসরঘর খালি হইয়া যায়। পাশের ঘরে দরজার জোড়ের ফাঁকে দু'তিনজন আড়ি পাতিয়া ছিল। রাস্তার আ লাতে বাসরঘর মৃদুভাবে আলোকিত। যাহারা আড়ি পাতিয়াছিল তাহারা সবিস্ময়ে লক্ষ্য করে, বর ক্রমে ক্রমে বধূকে সম্পূর্ণ বিবস্ত্রা করিয়া ফেলে। নিজে নগ্ন হয় এবং সম্পূর্ণ নগ্নদেহে তাহাদের প্রথম সহবাস। বধূকে আগাগোড়া সামান্যই আপত্তি করিতে দেখা যায়। সহবাসের পরও বসিয়া অনেকক্ষণ ধরিয়া বধূর মুখচুম্বন ও স্তনমর্দনের পর নিজ হাতে তাহার বডিজ, ব্লাউজ পরাইয়া দেয়। এতটা নির্লজ্জতা কেহ আশা করে নাই।

(২) নারীর সতীচ্ছদ বিদ্যমান থাকিলে প্রথম মিলনেই উহা ফাটিয়া যায়। এই হেতু কিঞ্চিৎ বেদনা অনুভূত ও সামান্য রক্তপাত হওয়াও স্বাভাবিক। ইহাতে ভয়ের কোন কারণ নাই। নারী ইচ্ছা করিলে বিবাহের অব্যবহিত পূর্বেই ডাক্তার দ্বারা অস্ত্রোপচার করাইয়া উহা ছিন্ন করিয়া লইতে পারে। অথবা নিজে নিজেই আস্তে আস্তে একট একটু করিয়া অঙ্গুলি প্রবেশ করাইয়া উহা প্রসারিত বা ছিন্ন করিতে পা র। প্রথম ২ ৩ দিন হস্তাঙ্গুলির অগ্রভাগ, তারপর ২ ৩ দিন একটু বেশী, তারপর ৩/৪ দিন দুইটি অঙ্গুলি— এইভাবে সাধ্যমত বাড়াইলেই হইল। জলে বসিয়া পরিষ্কার নরম শোলার ছিপি আঁটিয়াও সতীচ্ছদ প্রসারিত করা যায়।*

(৩) সতীচ্ছদ সম্পর্কে কোন হাঙ্গামা না হইলেও মনে রাখিতে হইবে ভয়, লজ্জাশীলতা, সঙ্কোচ ইত্যাদির দরুন প্রথম প্রথম শৃঙ্গারেও স্ত্রীর অঙ্গ সিক্ত না হইয়া উঠিতে পারে। এইরূপ ক্ষেত্রে কৃত্রিমভাবে (জেলী, পেইস্ট বা থুথু ব্যবহারে) উহা সিক্ত করিয়া না লইলে বেদনা অনুভূত হওয়া স্বাভাবিক। স্বামীর এইরূপ অসাবধানতার দরুনই অনেক স্ত্রী বহুদিন পর্যন্ত মিলনকে ভীতির চোখে দেখিয়া থাকে।**

---

* এইরূপ ব্যবস্থায় অথবা লম্ফন, কুর্দনে স্বভাবতই সতীচ্ছদ ছিঁড়িয়া গিয়া থাকিলে, নারীর প্রথম সহবাসে ততটা কষ্ট হয় না। সতীচ্ছদ বিদ্যমান না থাকিলেই যে নারী পুরুষ সংসর্গ করিয়াছে এরূপ ধারণা করা অন্যায়। নানা কারণে যে সতীচ্ছদ ছিন্ন হইয়া যাইতে পারে সে কথা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে বলা হইয়াছে।

** প্রথম মিলনে নারী যে খানিকটা কষ্ট পাইবে এ ধারণা অনেক পুরুষেরই থাকে। এইজন্য নারীর সঙ্কোচবোধ, কষ্টভোগ ইত্যাদির ভাব দেখানো ভাল। নতুবা খুব সহজেই কার্য সমাধা হইল দেখিয়া স্বামীর মনে অনেক ক্ষেত্রে সন্দেহের উদ্রেক হইতে পারে।

জন্মনিয়ন্ত্রণ প্রসঙ্গে আমরা নানারকম জেলী বা পেইস্টের কথা বলিয়াছি। প্রথম প্রথম তাহা নারীর অঙ্গে ব্যবহার করিতে যাওয়া অসুবিধাজনক, এইজন্য পুরুষ নিজ অঙ্গে ব্যবহার করিলেই চলিবে। থুথু ব্যবহারও প্রশস্ত।

আবার সতীচ্ছদ বর্তমান না থাকিলেও এবং স্ত্রী অঙ্গ যথেষ্ট সিক্ত হইলেই যে প্রথমবারের আঙ্গিক মিলনে কোন অসুবিধা হইবে না ইহা মনে করা ভুল। কারণ, পুরুষ সংসর্গে অনভ্যস্তা নারীর যোনিমুখ ও যোনিনালী কিছুটা সংকুচিত অবস্থায় থাকে এবং প্রথম প্রথম ভয়, লজ্জাশীলতা ইত্যাদির জন্য পুরুষাঙ্গ গ্রহণ করিবার মত বিস্তৃতি লাভ করিতে সক্ষম থাকে না। তাড়াহুড়া করিয়া সংযুক্ত হইয়া গেলে স্ত্রী বেদনা পাইবেই, স্বামীর অঙ্গ কিছুটা দীর্ঘ ও স্থূল হইলে বেদনাপ্রাপ্তির সম্ভাবনা আরও বেশী। অধিক বয়সে বিবাহিতা ও মিলনে আগ্রহশীলা কোনও কোনও মেয়ের পক্ষে স্বামীর অঙ্গ ক্ষুদ্রাকার হইলে হয়ত প্রথম মিলন বেদনাদায়ক হয় না। কিন্তু এরূপ হওয়া ব্যতিক্রম মাত্র। অধিকাংশ ক্ষেত্রেই প্রথম মিলন অল্পবিস্তর বেদনাদায়ক হয়, এমনকি সতীচ্ছদ বর্তমান না থাকিলেও এবং স্ত্রী অঙ্গ উপযুক্তভাবে সিক্ত হইলেও। কাজেই ভবিষ্যৎ সারাজীবনের সুখের কথা মনে রাখিয়া প্রথম মিলনে স্বামীকে ধৈর্যশীল, সাবধান ও বিবেচক হইতেই হইবে।

(৪) প্রথম মিলনে পাশাপাশি অবস্থায় অথবা নারীর পিছন হইতে মিলিত হওয়াই ভাল। নানারূপ আসনের উপযোগিতার কথা আমরা একটু পরেই আলোচনা করিতেছি।

(৫) মনে রাখিতে হইবে যে, প্রথম প্রথম মিলনেও জন্মনিয়ন্ত্রণের ব্যবস্থা অবলম্বন না করিলে স্ত্রীর গর্ভসঞ্চার হইয়া পড়িতে পারে। যে দম্পতি এত শীঘ্র শীঘ্র সন্তানভার দ্বারা বিড়ম্বিত হইতে চায় না তাহাদের পক্ষে জন্মনিয়ন্ত্রণের ব্যবস্থা অবলম্বন একেবারে প্রথম হইতেই করিতে হইবে।

প্রথম প্রথম পুরুষেরই কনডম ও জেলী ব্যবহার করা উচিত। নারীকে এসব হাঙ্গামা হইতে রেহাই দেওয়া ভাল।

(৬) প্রথম প্রথম স্বামীর যৌনদুর্ব্যবহার বা সহবাসে বলপ্রয়োগ নারীকে এতদূর পীড়া দিতে পারে যে, তাহার যোনিপ্রদেশে আক্ষেপ (Vaginismus) দেখা দিতে পারে। এই অবস্থায় সঙ্গমের প্রাক্কালেই তাহার অঙ্গ এত সংকুচিত হইয়া যায় যে, স্বামীকে সহবাসে অক্ষম হইয়া পড়িতে হয়। এই চরম অবস্থা না হইলেও নারীর রতিজড়তা (Frigidity) আসিয়া পড়িতে পারে। এ সম্বন্ধে পরে বিস্তৃত আলোচনা করিতেছি।

মিলনের পরিমাণ ও ব্যবধান

মিলনের পরিমাণ ও ব্যবধান সম্বন্ধে বিশেষ মতভেদ দেখিতে পাওয়া যায়। যাহারা সন্তানোৎপাদনকেই ইহার একমাত্র উদ্দেশ্য বলিয়া অভিহিত করেন, তাঁহারা একটি দম্পতির জীবনে কয়েকবারের অধিক নিষেধ করিবেন, ইহাতে বিস্ময়ের বিষয় কিছুই নাই। তাঁহাদের মতের প্রতিবাদ করিয়া বলিব যে,

(১) স্ত্রীর সহিত একত্র বসবাস করিয়া, আদর, সোহাগ ও সংস্পর্শে উত্তেজনা লাভ করিয়াও দীর্ঘকাল রতিবিরতি অসম্ভব ; এবং

(২) উভয়ে সুস্থ ও স্বাভাবিক হইলে ঐভাবে উত্তেজনা লাভ অথচ তাহার শান্তি না হওয়া তাহাদের শারীরিক ও মানসিক স্বাস্থ্য, প্রণয় ও শান্তির পক্ষে হানিকর।

(৩) পরিমিত সম্ভোগ উভয়ের শরীরের ও মনের স্বাস্থ্য ও দাম্পত্য-প্রণয়ের স্থায়িত্ব ও বৃদ্ধির পক্ষে উপকারী।

(৪) এই আনন্দলাভ পাপ নহে ; ইহা প্রকৃতির অভিপ্রেত।

(৫) শুক্রক্ষয় হইলেই যে শারীরিক, মানসিক, দৈহিক ও আধ্যাত্মিক ক্ষতি হয়—এ ধারণা ভুল। ক্ষয়ের পরিমাণে আবার সঞ্চারও হইতে থাকে। অবশ্য অত্যধিক মাত্রার কথা স্বতন্ত্র।

(৬) বীর্যরক্ষা করিলেই যে অসাধারণ শারীরিক, মানসিক ও আধ্যাত্মিক ক্ষমতা লাভ হয়—ইহা সত্য নহে। জগতের বহু মহামানবই সংসারযাত্রা পালন ও দাম্পত্য-ব্যবহার করিয়াও অসাধারণ শক্তিলাভ করিয়াছেন। অবিবাহিত সাধু-সন্ন্যাসী প্রভৃতি স্বেচ্ছায় শুক্র ক্ষয় না করিয়া থাকিলেও স্বপ্নদোষে শুক্রক্ষয় এড়াইতে পারেন না।

কিন্তু যে সমস্ত যৌনশাস্ত্রকার মিলনকে মানুষের দেহের স্বাভাবিক ক্রিয়া এবং শরীর রক্ষার জন্য প্রয়োজনীয় বলিয়া মানিয়া লইয়াছেন, তাঁহাদের মধ্যেও এই বিষয়ে গুরুতর মতভেদ দৃষ্ট হয়। আমাদের দেশে একটা কথা আছেঃ "মাসে এক, বছরে বারো, এর যত কমাতে পারো" ভারতীয় কোন কোন যৌনশাস্ত্রে এবং চিকিৎসাশাস্ত্রে এইরূপ উপদেশ পাওয়া গিয়া থাকে।

শুধু ভারতীয় যৌনশাস্ত্রকার কেন, প্রাচীন পৃথিবীর সমস্ত দেশের পণ্ডিতগণই এ বিষয়ে অনেকটা অনুরূপ মতবাদ প্রচার করিয়া গিয়াছেন। ঋষি বাৎস্যায়ন হইতে আরম্ভ করিয়া গ্রীসের সোলন, জার্মানির লুথার পর্যন্ত সকলে প্রায় একরূপ মতবাদ পোষণ করিতেন। ইঁহারা সপ্তাহে দুইবার পর্যন্ত অনুমতি দিয়াছেন। জরোয়াস্তার মাসে তিনবার, সোলন তিনবার এবং সক্রেটিস দশবারের অনুমতি দিয়াছেন।

হজরত মোহাম্মদ সপ্তাহে একবারের অভিমত দিতেন বলিয়া এলিস প্রমুখ অনেক পাশ্চাত্য লেখক উল্লেখ করেন। ইহা মস্ত ভুল। কোরআনে "যখন খুশি" বলিয়া অনুমতি আছে ; অবশ্য ঋতুকাল এবং প্রসবের পর ৪০ দিন এবং রমযান মাসে রোযা রাখিলে দিনের বেলা বাদ দিয়া। হজরত মোহাম্মদ নিজে অসাধারণ রতিসম্পন্ন ছিলেন এবং প্রায় প্রত্যহই দাম্পত্য ব্যবহার করিতেন বলিয়া উল্লেখ আছে। ভ্রমণেও একটি করিয়া স্ত্রী সঙ্গে লইয়া যাইতেন।

পক্ষান্তরে হ্যাভলক এলিস বলিয়াছেন যে, আরাগনের রাণী আদেশ করিয়াছিলেন প্রত্যেক স্বামীকে দৈনিক অন্তত ছয়বার করিয়া স্ত্রী সহবাস করিতে হইবে। এই আদেশে আরাগনের রাণী মহোদয়ার নিজের বাসনার তীব্রতাই প্রমাণিত হইয়াছে।

দোষ আরাগনের রাণীর একার নহে। যে সমস্ত শাস্ত্রকার সর্বসাধারণের জন্য মাসিক বা বার্ষিক বন্দোবস্ত করিয়া সাধারণ আদেশ জারি করিয়াছেন, তাঁহারাও আরাগনের রাণীর মতই অবিবেচনার কাজ করিয়াছেন।

পুরাকালে যে সমস্ত মনীষী মানুষের জন্য বৎসরে বা ছ'মাসে এক-আধবার মিলনের অনুমোদন করিয়াছেন, তাঁহাদের মত বোধহয় এই ছিল যে, ইহার অল্পতা স্বাস্থ্য ও দীর্ঘ-জীবন লাভের উপায়। কারণ বোধহয় এই ছিল যে, প্রকৃতিতে লক্ষ্য করিয়া তাঁহারা দেখিতে পান—হস্তী, সিংহ, ব্যাঘ্র, অশ্ব প্রভৃতি যে-সমস্ত প্রাণী দীর্ঘকাল অন্তর মিলিত হইয়া থাকে, তাহারা অতিশয় দীর্ঘায়ু, সবল ও বৃহদায়তন। আবার হাঁস, মুরগী, কবুতর, চড়ুই এবং কীটপতঙ্গ প্রভৃতি যে সমস্ত প্রাণী ঘন ঘন মিলিত হয় তাহারা অল্পায়ু, দুর্বল ও ক্ষুদ্রায়তন। কিন্তু ইহার অল্পতা ও আধিক্যই শরীরের আকার বা জীবের স্বাস্থ্য ও আয়ুর পার্থক্যের কারণ মনে করা ঠিক হইবে না।

শৈশব ও কৈশোরে যৌন-সম্ভোগ

ডাঃ হুইটল্‌স্‌ (Dr. Whittles) তাঁহার 'Copulation and conception' নামক পুস্তকে অল্প বয়সে যৌন-সম্ভোগের চমকপ্রদ তথ্যাদির উল্লেখ করিয়াছেন। ট্রোবিয়েণ্ড দ্বীপপুঞ্জে ছয়-সাত বৎসরের ছেলেমেয়েরা আলিঙ্গন, চুম্বন হইতে সঙ্গমক্রিয়া পর্যন্ত করিয়া থাকে এবং দীর্ঘ সময় পর্যন্ত রতিসুখ উপভোগ করে। শুধু ইহারাই নহে লিট্‌ল আন্দামান দ্বীপপুঞ্জে, ভারতের নেফা অঞ্চলে, আমেরিকার অনিডা সম্প্রদায়ের মধ্যে সাত-আট বৎসরের ছেলেমেয়েরা অবাধ যৌন-সম্ভোগ করে।

১৯৫৬ সালে কলিকাতার ডেভিড ট্রেনিং স্কুলের 'ব্যুরো অব এডুকেশনাল অ্যাণ্ড সাইকোলোজিকাল রিসার্চ' কলিকাতা ও আশেপাশের ছেলেমেয়ের আচরণ সম্পর্কে তদন্তে বহু আশ্চর্যজনক তথ্য পান। এমনকি দশ বৎসরের বালক ও বালিকাদের মধ্যেও স্বমেহন, সমমৈথুন ও যৌনসঙ্গমের বহু স্বীকৃতি পান।

রাজা, বাদশাহ, নওয়াবদের পরিবারের কথা আরও স্বতন্ত্র। পুষ্টিকর খাওয়া, বিলাসিতায় জীবনযাপন, অবাধ সুযোগ ও বয়স্কদের উচ্ছৃংখল যৌন আচরণের দৃষ্টান্ত রাজপুত্র, শাহযাদা ও নওয়াবযাদাদের অকালে প্ররোচনা যোগাইত।

ইংল্যাণ্ডের রাজ পরিবারে চতুর্থ এডওয়ার্ড তাঁহার চার বৎসর বয়স্ক পুত্রকে পাঁচ বৎসরের এক বালিকার সঙ্গে বিবাহ দিয়া না-কি বলেন, "দশ বৎসর বয়সে আমার চৌদ্দ বৎসর বয়স্কা পত্নীর সঙ্গে সঙ্গম করি এবং প্রথম রাত্রেই চার বার মিলিত হই। রিচার্ডও তাই জীবনকে উপভোগ করুক।"

রিচার্ড সাত বৎসর বয়সে তাহার প্রায় আট বৎসর বয়স্কা পত্নীর সঙ্গে যৌন সঙ্গম উপভোগ করে ও ইহার পরেই স্ত্রী অ্যানি মারা যায়।

মিশর রাজ পরিবারে পুরাকালে ভ্রাতা-ভগ্নীরও বিবাহ হইত। মাত্র সাত বৎসর বয়সে না-কি দ্বিতীয় ফ্যারাও নিজের দশ বৎসর বয়স্কা সহোদরা ভগ্নীর সঙ্গে যৌনসঙ্গম কালে ধরা পড়েন। দশ বৎসর বয়সে না-কি প্রথম ফ্যারাওয়ের কন্যামহলে তিনি অবাধ যৌনসম্ভোগ করিতে থাকেন।

তাঁহার রতি ক্ষমতা দেখিয়া না-কি প্রথম সম্রাট তাঁহার ভাগ্নেয় ঐ দ্বিতীয় ফ্যারাওয়ের সঙ্গে তাঁহার ৪৭টি কিশোরী ও যুবতী কন্যার বিবাহ দেন ও সিংহাসনের উত্তরাধিকারী বলিয়া ঘোষণা করেন।

দ্বিতীয় ফ্যারাও যখন মাত্র ১৩ বৎসরের তখন তাঁহার পত্নীর সংখ্যা না-কি ৮২ এবং পুত্রকন্যার সংখ্যা ৯১। তিনি পরম রতিশক্তিসম্পন্ন ছিলেন বলিয়া বিখ্যাত। তখনকার সমাজ ব্যবস্থায় তাঁহাকে বিকৃত রুচি বলা যায় না।

রাজা, বাদশাহ ও নওয়াবদের হারেমের কথা সুবিদিত। ইহুদীদের পয়গম্বর এবং বাদশাহরাও বহু পত্নী-উপপত্নী উপভোগ করিতেন।

আজকালকার কথা

মানুষ বৈজ্ঞানিক গবেষণার দ্বারা জানিতে পারিয়াছে যে, মানুষের পিতৃপ্রকৃতি, স্বাস্থ্য, দেহের গঠন, পারিপার্শ্বিকতা, আহার্য প্রভৃতি ভেদে তাহার বাসনার গুরুত্ব প্রভেদ হইয়া থাকে। একজনের পক্ষে যাহা তৃপ্তিদায়ক, অপরের পক্ষে তাহা ব্রহ্মচর্য বলিয়া বিবেচিত হইতে পারে।

ডঃ মেরী স্টোপ্‌স তাঁহার "এণ্ডিওরিং প্যাশান" নামক গ্রন্থে একজন স্বাস্থ্যবান শিক্ষিত পুরুষের কথা বলিতে গিয়া লিখিয়াছেন যে, ঐ ভদ্রলোক দুই বৎসরে একবার স্ত্রীসহবাস করিয়া থাকেন এবং ইহাকেই তিনি স্বাভাবিক ও যুক্তিসঙ্গত মনে করিয়া থাকেন। যাঁহারা তাহার চেয়ে বেশী বার করিয়া থাকেন, তাঁহাদিগকে তিনি জঘন্য ইন্দ্রিয়পরায়ণ মনে করিয়া থাকেন। পক্ষান্তরে ডঃ স্টোপ্‌সের এক বান্ধবীর স্বামী তাঁহার বিবাহিত জীবনের সমস্ত সময়ে বৎসরের ৩৬৫ দিনের প্রত্যেক দিন তিনবার করিয়া সহবাস করিয়াছেন। এই ভদ্রলোকটি উড়োজাহাজ দুর্ঘটনায় যৌবনেই মারা গিয়াছেন। কিন্তু যতদিন বাঁচিয়াছিলেন, ততদিন দৈনিক তিনবারের একটি বারও তিনি নষ্ট হইতে দেন নাই। ডঃ স্টোপ্‌সের উক্ত বান্ধবী বলিয়াছিলেন যে, যদি কোনও কারণে মধ্যাহ্নে একটু আধটু দেরী হইত (প্রাতে ও রাত্রে কোনও দিন সময়ের ব্যতিক্রম হয় নাই) তবে তাঁহার স্বামী ক্রোধে উন্মত্ত হইয়া উঠিতেন। এই স্বামীটি সুন্দর, স্বাস্থ্যবান, খোসমেজাজ ও প্রতিভাশালী লোক ছিলেন এবং বহু গঠনমূলক কার্য করিয়া গিয়াছেন।

উপরোল্লিখিত দুইটি ভদ্রলোকই সুস্থ মানুষ এবং আদর্শ নাগরিক। উভয় ক্ষেত্রেই অতিশয়োক্তির সম্ভাবনা থাকিয়া থাকিলেও তাঁহাদের যৌনজীবনের পার্থক্য কত বেশী।

ডঃ স্টোপ্‌স ১৯২৮ সনে এক সভায় বক্তৃতা করিতে উঠিয়া উপরোক্ত দুইটি অসাধারণ পুরুষের কথা কথাপ্রসঙ্গে উল্লেখ করিয়াছিলেন। সভাশেষে একটি মধ্যবয়সী মহিলা তাঁহার দিকে অগ্রসর হইয়া বলিলেন, "আপনি দৈনিক তিনবারের কথা বলায় আমার একটা মস্ত চিন্তা দূর হইল। কারণ আমার স্বামীর অভ্যাসও তাই। আমি নিজে অতটা সহ্য করিতে পারি না বলিয়া স্বামীর কার্যকে আমি এতদিন অস্বাভাবিক বাড়াবাড়ি মনে করিয়া আসিয়াছি।"

ডঃ ফোরেল একজন লোকের ৭০ বৎসব বয়স পর্যন্ত প্রত্যহ তিনবারের অভ্যাসের কথা উল্লেখ করিয়াছেন।

স্টেকেল (Stekel) এ-সম্পর্কে মন্তব্য করেন: "আমার নিজের চিকিৎসা অভিজ্ঞতায় অত্যধিক রতিক্ষমতার বহু দৃষ্টান্ত পাইয়াছি। এমন একাধিক পুরুষের কথা জানি যাহারা **বিশ বৎসর পর্যন্ত দৈনিক দাম্পত্যবিহার** করিয়া আসিয়াছে এবং অপর কয়েকজন এইরূপ দৈনিক স্ত্রী-সম্ভোগ করার উপরে আবার অন্য নারী সংসর্গও করিয়াছে (সন্দেহ এড়াইবার জন্য নিজের স্ত্রীর পাওনা মিটাইয়া)। অনেক রোগী স্বীকার করিয়াছে যে, তাহারা বহু বৎসর যাবৎ দৈনিক একাধিকবার স্ত্রী-সম্ভোগ করিয়াছে কিন্তু তাহা সত্ত্বেও আমি উহাদের স্বাস্থ্য বা স্নায়ু শক্তির কোনও অনিষ্ট হইয়াছে বলিয়া ধরিতে পারি নাই। স্বাভাবিক স্বাস্থ্যসম্পন্ন পুরুষ এক রাত্রে বহুবার রমণে সমর্থ। আমি একই রাত্রে বারো বারের অধিক রমণের কথা বহুক্ষেত্রে শুনিয়াছি।"

লাওয়েনফেল্ড (Lowenfeld)-এর অভিজ্ঞতাও অনুরূপ। একই রাত্রে দশ-বারো বার রমণের দৃষ্টান্ত খুব বিরল নহে বলিয়াই তিনি মনে করেন।

তবে ঐরূপ সাময়িক আধিক্যের পরেই ভাটা আসে। একজন মৎস্যজীবীর কথা উল্লেখ করিয়া তিনি বলেন যে, ইনি পনের বৎসরের বিবাহিত জীবনের প্রথম তিন বৎসরে দৈনিক গড়ে ৮/১০ বার এবং তাহার পর ২/৩ বার করিয়া মিলিত হইতেন। অন্য একজন পাদ্রীর কথা উল্লেখ করিয়া বলেন যে, ইনি ১২ বৎসর পর্যন্ত তিন বার করিয়া দৈনিক স্ত্রীসংসর্গ করিয়াছেন। উভয় ক্ষেত্রেই স্ত্রীদের স্নায়বিক গোলযোগ দেখা দিয়াছিল।

মণ্টেগাজাও (Mantegazza) অনুরূপ দৃষ্টান্তের উল্লেখ করিয়াছেন। তাহার মধ্যে একজন পুরুষের একদিন সতের জন নারীর সংসর্গ; একজন নারীর একই রাত্রে একই পুরুষ দ্বারা আঠার বার রমিতা হওয়া, একজন পুরুষের ১৪ বার ও অপর এক-জনের ১০ বার ইত্যাদির কথা উল্লেখ করিয়া তিনি মন্তব্য করেন যে, কোনও কোনও ক্ষেত্রে অতিশয়োক্তির সম্ভাবনা থাকা সত্ত্বেও একদিনে ১০ হইতে ১৪ বার রমণে পুরুষের অনিষ্ট না হওয়ার কথা প্রমাণিত হইয়াছে।

কোনও কোনও পশু-পক্ষীদের মধ্যে আশ্চর্যজনক রতিক্ষমতা দেখা যায়। একটি হৃষ্টপুষ্ট মোরগ দিনে ৫০ বার, একটি চড়ুই পাখী ঘণ্টায় ২০ বার, একটি ষাঁড় ঘণ্টায় ৩/৪ বার রমণ করিতে পারে।

মানুষের মধ্যে এ বিষয়ে যে অত্যধিক বৈচিত্র্য দেখা যায়, তাহা ডাঃ ডীকিনসনের "এক হাজার বিবাহ" (A Thousand Marriage) নামক পুস্তকে তাঁহার অনুসন্ধানের ফলে ২২৬ জন নারী যে স্বীকৃতি করিয়াছিল তাহা হইতে সুস্পষ্ট বুঝা যায়। ইহাদের মধ্যে ঃ

মিলনের অভ্যাস ছিল	শতকরা ক্ষেত্র
প্রত্যহ একবার বা ততোধিক বার—	১৬
সপ্তাহে দুই বা তিন বার—	২৪
সপ্তাহে এক বা দুই বার—	২০
সপ্তাহে বা দশ দিনে একবার –	১৭
দুই সপ্তাহে বা মাসে একবার—	১০
দুই মাস হইতে ছয় মাসে একবার—	২
বৎসরে একবারেরও কম—	১১

শেষোক্ত দুই পর্যায়ে সন্দেহের অবকাশ আছে বলিয়াই মনে হয়। তবে আংশিক পুরুষত্বহীনতার সম্ভাব্যতার কথা মনে করা যাইতে পারে।

টারম্যান অনুসন্ধান করিয়া সহবাসের পৌনঃপৌনিকতার সম্বন্ধে যে সকল তথ্য পাইয়াছেন তাহার তালিকা নিম্নে দেওয়া গেল ঃ—

স্বামীর বয়স অনুযায়ী সহবাসের সংখ্যা

	স্বামীর বয়স				
প্রতি মাসের সহবাসের সংখ্যা	২০-২৯ (১২৭ জন)%	৩০-৩৯ (৩৪০ জন)%	৪০-৪৯ (২১৯ জন)%	৫০-৫৯ (৮০ জন)%	৬০ এবং তদুর্ধ্বে (১৫ জন) %
০	০.৮	০.৯	১ ৪	৮.৮	২৬.৭
১-২	৭.১	১৬.৫	২৩.৩	৩৬ ২	৫৩ ২
৩-৪	১৮.৯	২৭.৬	৩২ ৪	২২.৫	৬.৭
৫-৬	২৬.২	২০ ০	২২.০	২১.২	৬.৭
৭-৮	১০.২	১৭ ০	৭.৮	৮.৮	
৯-১০	১৫ ৭	৮ ২	৬ ৪		৬.৭
১১-১২	১০.২	৫.০	২.৮	২.৫	
১৩-১৪	৪.৭	১ ৮	০.৯		
১৫-১৬	৩.১	১.৫	২.৩		
১৭ তদুর্ধ্বে	৩.১	১ ৫	২.৭		
গড় সংখ্যা	৬.৩	৫.০	৪ ১	২.৭	১.৪

স্ত্রীর বয়স অনুযায়ী সহবাসের সংখ্যা

প্রতিমাসের সহবাসের সংখ্যা	স্ত্রীর বয়স				
	২৫-এর নীচে (৬০ জন)%	২৫-৩৪ (৩৩৩ জন) %	৩৫-৪৪ (২৮১ জন) %	৪৫-৫৪ (৮৮ জন) %	৫৫ বা তদূর্ধ্ব (২০ জন) %
০	১·৭	৯·৩	১ ৪	৪·৫	২৬·০
১-২	৬ ৮	১২·৬	২৩ ৫	৩৬·৪	৪০·০
৩-৪	১৮ ৩	১৫ ৯	৩০ ৬	২৬·১	১৬ ০
৫-৬	২০·০	২২·৫	২২ ১	১৮ ২	১০·০
৭-৮	১০·০	১৪·২	১১·৮	৮·০	
৯-১০	১৬·৭	১০·৫	৫·৩	৪ ৫	
১১-১২	১৩ ৩	৬·৩	২·১	১·১	
১৩-১৪	৫·০	৩·০	০·৪		
১৫-১৬	৩ ৩	২ ১	১·৪	১ ১	
১৭ বা তদূর্ধ্ব	৫·০	২ ৭	১·৪		
গড় সংখ্যা	৭·২	৫·৫	৪·১	২·৮	১·২

আমেরিকার ইণ্ডিয়ানা বিশ্ববিদ্যালয়ের বিজ্ঞানের অধ্যাপক কিন্‌জে ও তাঁহার বৈজ্ঞানিক ও গবেষক সহকর্মীগণ ৫,৯৪০ জন নানা বয়সের ও বিভিন্ন স্তরের নারীদের যৌন জীবনের বিবিধ বিষয় সম্বন্ধে প্রশ্ন করিয়া যাহাদের বিবাহ হইয়াছে ও হইয়াছিল তাহাদের নিকট হইতে তথ্য সংগ্রহ করিয়া এইরূপ সিদ্ধান্তে উপনীত হইয়াছেন ঃ—

দাম্পত্যজীবনে নারীর মিলনের গড়পড়তা হার—যুবতীরা সপ্তাহে গড়ে ২ হইতে ৪ বার করে। তাহাদের মধ্যে, অল্প কয়েকজনই ২ সপ্তাহে একদিন মাত্র করিয়াছেন।

দাম্পত্যজীবনে নারীর সর্বাধিক মাত্রা—শতকরা ১৪ জন, ১৮ হইতে ২০ বৎসর বয়সের মধ্যে সপ্তাহে ৭ অথবা ততোধিক বার। ৩০ এর কাছাকাছি শতকরা ৫ জনের মাত্র সুরতের এই হার বজায় ছিল, ৪০-এর কাছাকাছি মাত্র শতকরা ৩ জনের। আবার নব-যৌবন হইতে ৪০ পর্যন্ত কতক নারীর প্রত্যহ গড়ে চারবার। ৫৫ বৎসরের দুই জনের তখনও সপ্তাহে ৭/৮ বার।

ঐভাবে তাহারা ৬,৩০০ জন পুরুষকে প্রশ্ন করিয়া বর্ত্তমানে বা অতীতে বিবাহিতদের নিকট হইতে প্রাপ্ত তথ্য হইতে নিম্নরূপ সিদ্ধান্ত করিয়াছেন :—

দাম্পত্যজীবনে পুরুষের গড়পড়তা হার—১৬ হইতে ২০-এর মধ্যে বিবাহিতেরা সপ্তাহে প্রায় ৪ বার করে। তাহাদের মধ্যে শতকরা ২১ জন সপ্তাহে ১৪, ২১ বা ততোধিক বার। ৩০-এ সপ্তাহে ২·৯ (প্রায় ৩) বার, ৫০-এ ১·৮ (প্রায় ২) বার, ৬০-এ ১·৭ (প্রায় ১) বার।

আমাদের দেশেও ব্যতিক্রমের মাত্রা কম নয়। যাঁহারা আমাদের নিকট অকপটে তথ্য যোগাইয়াছেন তাঁহাদের মধ্যে দুইজনের বিবাহের পর প্রথম দুই বৎসর প্রত্যহ একাধিকবার, তাহার পরও কয়েক বৎসর পর্যন্ত প্রত্যহ একবার করিয়া সংসর্গ চলিতেছে—সাময়িক বিচ্ছেদ, মাসিক ও প্রসবকালের আগে ও পরে বাদ দিয়া অপর দুইজন টুরিং অফিসার—একজন বিবাহের তিন বৎসর পর এবং অপরজন বিবাহের দুই বৎসর পর চাকুরিতে প্রবেশ করেন। এই তিন বৎসর ও দুই বৎসর বাধ্যতামূলক সাময়িক বিরতি বাদে প্রত্যহ একবার, মাঝে মাঝে একাধিকবার। বর্ত্তমানে টুরের ফাঁকে ফাঁকে যে কয়দিন (গড়পড়তায় মাসে ১০ দিন) করিয়া বাড়িতে থাকেন, প্রত্যহ ২/৩ বার করিয়া সহবাস করেন। প্রথম জন ৮ বৎসর বিবাহিত, দ্বিতীয় জন ১০ বৎসর বিবাহিত—উভয়েরই চারিটি করিয়া সন্তান। অপর একজনের বিবাহের পর এক বৎসরের ইতিহাস জানা আছে—প্রত্যহ ২ হইতে ৪ বার সংসর্গ হইত। একদিন পরীক্ষামূলকভাবে একরাত্রে বারো বার (১২ বার) সংসর্গ করিয়াছিল, স্ত্রীর বিশেষ অসুবিধা নাই, তবে স্বামী অবসাদ বোধ করিয়াছিল এবং পরবর্তী দুইদিন সহবাস সম্পূর্ণ বন্ধ ছিল। নিয়মিত প্রত্যহ ২ হইতে ৪ বার মিলনে ইহাদের কোনই অসুবিধা হইত না। স্ত্রীর মাসিকের সময়ও বড় একটা বাদ যাইত না। একজন ডাক্তার, ২৫/২৬ বৎসর বয়সে বিবাহ হয়—প্রণয় বিবাহ—প্রত্যহ এক বা একাধিক (প্রায়ই একাধিক) সংসর্গ করিত, প্রায় ৩ বৎসর পর্যন্ত স্ত্রীর মাসিকের সময় ও প্রথম সন্তানের জন্মের ২ দিন পূর্ব্ব হইতে প্রসবের পর ৫ সপ্তাহ বাদে এইরূপ চলে। এই সময়ের মধ্যে দুইটি সন্তান—দ্বিতীয় সন্তানের জন্মের সময় স্ত্রীর মৃত্যু হয়। স্ত্রীর মৃত্যুর ৪ বৎসর পরে দ্বিতীয় বিবাহ করিয়াছে আজ এক বৎসর হইল—প্রত্যহ এক বা একাধিকবার সংসর্গ চলিতেছে। অপর একজন ডাক্তার বিবাহের পর প্রথম দু'তিন মাস মাত্র প্রত্যহ সংসর্গ করিয়াছে, ইহার মধ্যে ৩/৪ দিন মাত্র দিনে দুইবার হইয়াছে। ইহার পর হইতেই সংসর্গের মাত্রা কমিয়া আসিয়াছে—ঐ দু'তিন মাস বাদে প্রথম বৎসর সপ্তাহে ২/৩ দিন হইতে কমিতে কমিতে এখন বিবাহের ষষ্ঠ বৎসরে মাসে ৪/৫ দিনের বেশী হয় না; ইহাকেই স্বাভাবিক এবং ইহার বেশীকেই অস্বাভাবিক ও অনিষ্টকর মনে করেন। স্ত্রীর মাসিক, অসুখ-বিসুখ, অমাবস্যায়, পূর্ণিমাতে ও মঙ্গলবারে, প্রসবের অনেক আগে হইতেই প্রসবের পর ১/২ মাস পর্যন্ত সহবাস সম্পূর্ণ বন্ধ থাকে। এ সময় অন্যভাবে

দেহোপভোগের কল্পনাও করেন না। তিনটি সন্তান। এরূপ দৃষ্টান্ত আরও অনেকগুলি আমার হাতে আসিয়াছে।

বিভিন্ন ব্যক্তির মধ্যে পার্থক্য কেন হয়?

যাহাদের যৌবনের আবির্ভাব সকাল সকাল হয় তাহাদের কামের তীব্রতা অধিক হয়। ইহা ব্যতীত, স্ত্রীর সংযম, মৃদু কাম, অসুস্থতা প্রভৃতি সহবাসের মাত্রা কমাইয়া দেয়। শহরবাসীদের তুলনায় গ্রামবাসীদের দাম্পত্যজীবনে সহবাসের মাত্রা গড়পড়তার কম।

বর্তমান ও ইহার পূর্ববর্তী বংশের লোকদের মধ্যে দাম্পত্যজীবনে সহবাসের মাত্রার পার্থক্য—কিছুই নাই।

স্বামী ও স্ত্রীর সহবাসের মাত্রা সম্বন্ধে অনুমানের পার্থক্যের কারণ

দেখা গিয়াছে যে, জিজ্ঞাসিত হইলে, সাধারণত স্ত্রীরা তাঁহাদের স্বামীদের সহবাসের মাত্রা অধিক বলিয়া আন্দাজ করেন। ইহার কারণ এই যে, কতক নারী বেশী ঘন ঘন সঙ্গমে আপত্তি করেন, সুতরাং তাঁহারা স্বভাবতই কতকটা অনিচ্ছায় দেহদান করিতে বাধ্য হওয়ায় ঐরূপ বিরক্তিকর ব্যাপারের সংখ্যা প্রকৃত অপেক্ষা অধিক মনে করেন। পক্ষান্তরে, অধিকাংশ পুরুষই চাহেন যে আরও বেশী বার সম্ভোগ করেন, সুতরাং মনোমতভাবে না পাওয়াতে প্রকৃত সংখ্যা অপেক্ষা কম পাইয়াছেন মনে করেন।

উপরোক্ত সংখ্যা এবং আরও অনুসন্ধানক্ষেত্র হইতে স্পষ্টই প্রতীয়মান হইবে যে, সহবাসের পৌনঃপুনিকতায় ব্যক্তিগত তারতম্য খুব বেশী। সকল বয়স এবং উভয় শ্রেণী সম্বন্ধেই এ কথা খাটে। সকল বয়সেরই এমন পুরুষ বা স্ত্রীলোক আছে যাহারা মাসে একবারও সহবাস পছন্দ করে না। আবার ৬০ বৎসর পর্যন্ত এমন পুরুষ এবং ৫৫ বৎসর পর্যন্ত এমন নারী আছে যাহারা মাসে ১৫ বার বা বেশী সহবাস পছন্দ করে।

স্ত্রীর চরমপুলকলাভের সহায়ক হিসাবে উহার কাম জোয়ারের সময় মিলনের পরামর্শ দিতেই হইবে। এ সম্বন্ধে বিস্তারিত আলোচনা পরে করিতেছি। কিন্তু পুরুষের কাম-জোয়ারের ধারার কথা অনেক যৌন বিজ্ঞানীই অস্বীকার করেন।

তবে এ সম্পর্কে ইহাও বিবেচনা করিতে হইবে যে, ঐ কয়েকটি বিশিষ্ট দিন ছাড়া অপর সব দিনেই বিরত থাকিতে হইলে অনেক স্বামীই অধীর হইয়া পড়িবেন। এই জন্য কার্যত আমরা একটি সাধারণ নিয়ম দেখিতে পাই। উহা এই যে অনেক স্বামীই বিবাহের পরে এক বৎসরকাল প্রায় প্রত্যহ, তাহার পরে বহুকাল পর্যন্ত একদিন অন্তর এবং আরও কিছুকাল পরে দুই-তিন দিন অন্তর মিলনে অভ্যস্ত হইয়া পড়েন। আমাদের অনুসন্ধানের ফলে অনেকেই এইরূপ স্বীকার করিয়াছেন। অবশ্য বিচ্ছেদ, অসুখ-বিসুখ,

সংযমের সুফল

মিলনের পরিমাণ ও ব্যবধান সম্পর্কে দীর্ঘ আলোচনার পর আমরা আবার বলিব :

(১) নারী-পুরুষের প্রকৃতিদত্ত যৌনক্ষুধা বিবাহের দ্বারা নিয়মিত ও পরিমিতভাবে মিটাইতেই হইবে। উভয়ের শারীরিক ও মানসিক তৃপ্তির জন্য ইহা অপরিহার্য।*

(২) নীতিবাগীশদেরও মনে রাখিতে হইবে, উভয়ের চারিত্রিক পবিত্রতা রক্ষায় সহায়ক বিরতি নহে, নিয়মিত ও সুষ্ঠ বিহার।**

হিন্দু ও মুসলমান ধর্মে সকাল সকাল বিবাহের ব্যবস্থাই করা হইয়াছে এই সাধু উদ্দেশ্যে। 'আন্নিকাহু নিসফুল ঈমান' অর্থাৎ বিবাহ করিলে নীতিরক্ষা সহজ হয়, এমন অভিমত ইসলামে আছে।

কোরআনে 'যখন খুশী' বলিয়া দাম্পত্যবিহারের অনুমতি দেওয়া হইয়াছে। স্বামীর ইচ্ছাকে স্ত্রী পারতপক্ষে উপেক্ষা করিবে না, এরূপ নির্দেশ আছে।

(৩) বহুদিন সংযম পালন বা অপেক্ষার পর নরনারী বিবাহবন্ধ হইয়া দেহভোগের অবাধ অনুমতি পাইয়া প্রথম মাত্রা অতিক্রম করিতে পারে এবং অনেক ক্ষেত্রে করিয়াও থাকে। কিন্তু যত শীঘ্র সম্ভব তাহাদের ভাবিয়া দেখিতে হইবে যে, বিবাহ সাময়িক সম্বন্ধ নহে ; আজীবন সম্বন্ধ। তাই সব বিষয়ে যেমন, মিলনেও তেমনি সংযম ও মধ্যপথই ভাল।

প্রথম যৌবনে অত্যধিক শক্তিক্ষয় না করিলে বৃদ্ধ বয়স পর্যন্ত অনেকটা ক্ষমতা বজায় রাখা সম্ভবপর হইবে। **"যৌবনে অধিক ব্যয়ে বয়সে কাঙ্গাল"** হইতে হইবে না।

জীবনের সমস্ত ক্ষমতাই প্রধানত জন্মগত হইলেও প্রত্যেক ক্ষমতা রক্ষণ ও কর্ষণের দ্বারা কতকটা বাড়ানো ও বেশী বয়স পর্যন্ত বজায় রাখা চলে। পক্ষান্তরে, অপব্যবহার, অত্যাচার, অত্যধিক ব্যয় ও অসাবধানতা যে কোনও ক্ষমতাকে বিকৃত, অপচয়িত বা নষ্ট করিয়া দিতে পারে। **সংযম, মিতাচার, স্বাস্থ্যরক্ষার নিয়ম পালন** ইত্যাদির সার্থকতাই এইখানে।

---

* "The sexual needs of the majority of human beings have as just imperative a demand for occasional fulfilment as the needs for food or sleep. The mind and will may inhibit, excite or consciously repress sexual needs as they do other neees. But such repression is not possible for any length of time without serious injury. As in all bodily and mental functions, so here, the best way of living is to avoid either starvation or surfeit and to keep the via media between a necessary minimum (of activity and experience) and a maximum which shall not prove intolerable to the powers and the balance of the personality. —Megnus Hirschfeld

** "Defraud ye not one the other, except it be with consent for a time, that ye may give yourselves to fasting and prayer, and come together again, that Satan tempt you not for your incontinency. —Corinthians

দাম্পত্য বিহার আনন্দক্রীড়া হইলেও উহাতে শরীরের উপর প্রচাপ পড়ে। খেলাধূলা ব্যায়ামাদিতে যেমন অঙ্গ-পুষ্টি লাভ হয়, অত্যধিক শ্রমে শরীরের অনিষ্টও হয়।

রতিক্রিয়ার দৈহিক প্রতিক্রিয়া সম্বন্ধে আমি প্রথম খণ্ডে আলোচনা করিয়াছি। মনে রাখা উচিত যে, একবার রমণে পুরুষের পক্ষে কতকটা শ্রম হয় কিন্তু অব্যবহিত পরে দ্বিতীয়বার সমাধা করায় অনেকটা শ্রম হয়। যে পুরুষ সংসর্গমাত্রই রেতঃপাত করে তাহার অবশ্য শ্রম কম হয়। একবারের পর অন্তত আধ ঘণ্টা বিশ্রাম করা উচিত।

(৪) স্ত্রীকে অত্যধিক বিহারে অভ্যস্ত করিলে তিনি ক্রমশ তাহাই প্রত্যাশা করিবেন অথচ পুরুষের ক্ষমতা ক্রমশ কমিয়া আসিতে বাধ্য। সংযত আচারে অভ্যস্ত হইলে কাহাকেও প্রৌঢ়ত্বে ও বার্ধক্যে মনঃক্ষুন্ন হইতে হইবে না।

(৫) নরনারীর মধ্যে, তথা স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে, প্রেমের অনেকটাই (বিশেষত প্রথম যৌবনে) যৌন-আকর্ষণ-জাত এ কথা পূর্বেই বলিযাছি। এই যৌন-আকর্ষণের হেতু যৌন-আবেগ, যৌন-উত্তেজনা ও যৌন ক্ষমতা। অত্যাচারের ফলে এইগুলি কমিয়া যায়, অতি ভোগের ফলে অবসাদ ও অনিচ্ছা আসে; সুতরাং আকর্ষণ ও প্রেমও কমিতে থাকে। অতএব পরস্পরের আকর্ষণ ও প্রেম স্থায়ী করিবার খাতিরে সাধ্যমত সংযম পালন করিয়া যাওয়াই উচিত।

॥ দশ ॥

মিলনে আসনকলা

আঙ্গিক অসামঞ্জস্য দূরীকরণ

সাধারণতই সুস্থ দম্পতির কিঞ্চিৎ আঙ্গিক অসামঞ্জস্য থাকিলেও ব্যবহার কৌশল ইত্যাদিতে উহার অসুবিধা দূরীভূত হইয়া যায়। নারী বা পুরুষ শরীরে দীর্ঘ বা হ্রস্ব হইলেই যে অনুপাতে উহাদের যৌন অঙ্গসমূহও দীর্ঘ বা হ্রস্ব হইবে তাহার কোন স্থিরতা নাই। নারী-পুরুষের জননেন্দ্রিয়ের যে বর্ণনা প্রথম খণ্ডে দেওয়া হইয়াছে উহা হইতেই বুঝা যাইবে যে, পরিমাপে ঐ সকল অঙ্গের ব্যতিক্রম স্বাভাবিক। নারীর অঙ্গ সন্তান জন্মের উপযোগী হওয়ায় অধিকতর সম্প্রসারণশীল। পুরুষের অঙ্গসমূহের ঐ রকমের কোন উপযোগিতা না থাকায়, উহারা পরিপূর্ণতা লাভের পর বেশী বাড়ে বা কমে না।

কদাচিৎ এমন বয়স্কা নারী বা বয়স্ক পুরুষ দেখা যায় যাহাদের যৌনঅঙ্গসমূহ অস্বাভাবিকভাবে অপরিণত। ইহাকে বালসুলভ (infantile) অবস্থা বলা হয়। এইরূপ অবস্থা নির্ধারণ এবং উহার প্রতিকার করিতে পারেন উপযুক্ত চিকিৎসক। নর ও নারী

অনেক সময়ে নিজেদের অঙ্গের হ্রস্বতা সম্বন্ধে দ্বিধাভাব পোষণ করিয়া বসে এবং অনেক ক্ষেত্রেই অযথা উৎকণ্ঠা ভোগ করে। বাস্তবিকপক্ষে হয়ত উহা হ্রস্ব হইলেও অস্বাভাবিক না-ও হইতে পারে।

নারীর বালসুলভ অঙ্গ দাম্পত্য ব্যবহারের উত্তেজনাজনিত রক্ত চলাচল, সন্তান-জন্মদান ইত্যাদি কারণে সংশোধিত ও পরিবর্ধিত হইয়া যায় বলিয়া বিবাহ ঐরূপ নারীর পক্ষে উপকারী। তবে একেবারে অপরিণত অঙ্গবিশিষ্ট নারীর চিকিৎসিত না হইয়া বিবাহ করা গ্লানিকর এবং এমনকি বিপজ্জনকও হইতে পারে।

পুরুষের পক্ষে বালসুলভ অপরিণত অঙ্গের অবস্থান অপেক্ষাকৃত বিরল। জাতি-ভেদে লিঙ্গের দৈর্ঘ্য ও স্থূলতার ব্যতিক্রম হয়। নিগ্রোরা এইদিকে সৌভাগ্যবান। দীর্ঘ ও স্থূল লিঙ্গ নারীর পক্ষে সুবিধাজনক। তবে হ্রস্ব অঙ্গবিশিষ্ট লোকও কলাকৌশল ও উপযুক্ত আসন অবলম্বনে নারীর সন্তোষ সম্পাদন করিতে পারে।*

আসন

মিলনের নানা স্তরে স্বামী স্ত্রীর কিছুমাত্র অসুবিধা বোধ হইলে বুঝিতে হইবে, উহার আসন অর্থাৎ উহাদের পারস্পরিক অবস্থান, উভয়ের উপযুক্ত হয় নাই। শুধু একারণেও নহে, অন্যান্য বহু কারণেও আসন নির্ধারণ কামকলার একটি অতি প্রয়োজনীয় অংশ। সাধারণ নর ও নারী এ সম্পর্কে প্রায়ই অজ্ঞ।

আসন কলার ইতিহাস

মানুষের উদ্বর্তনের বহু পরে দেয়ালের গায় অংকন, পাথরের উপরে খোদাই মৃৎপাত্রে নানারূপ গঠন-প্রদর্শন ইত্যাদির মাধ্যমে ঐ সময়ের রীতিনীতি ও ব্যবহারের কতকটা আভাস পাওয়া যায়। অবশ্য ওসবের কতটা বাস্তবের নিদর্শন ও কতটা কল্পনার প্রকাশ তাহা বলা মুশকিল।

রতিক্রিয়ার বহু পুরাতন একটি প্রতিচ্ছবি পাওয়া গিয়াছে ফ্রান্সের ডর্ডনের (Dordogne) দেয়ালের গায় খোদাই করা প্রতিকৃতিতে। উহা প্রায় ৪০,০০০ বৎসর পূর্বেকার প্রতিকৃতি। উহাতে একজন পুরুষ লিঙ্গোত্থিত অবস্থায় একটি নারীর পশ্চাৎ দিক হইতে অগ্রসর হইতেছে এবং নারীর দুই নিতম্বের ফাটলে পুরুষাঙ্গ প্রবেশ করাইতেছে। বোধ হয়, ঐ সময়ে নারীর পশ্চাদ্দিক হইতে মিলনের কতকটা রীতি প্রচলিত ছিল।

ইহার কিছুকাল পরের একটি পাথরের খোদাই ফ্রান্সের লসেল শেল্টারে (**Laussel Shelter**) পাওয়া যায়।

---

* নারী পুরুষের যৌনাঙ্গসমূহের অপূর্ণতা, অক্ষমতা, দোষ-ত্রুটি ও যৌন ক্ষমতার হ্রাসবৃদ্ধির কথা ও উপযুক্ত ব্যবস্থাদির উল্লেখ পরের এক অধ্যায়ে করিতেছি।

ঐ প্রতিকৃতি মিলনের একটা কষ্টসাধ্য আসনের বলিয়া মনে হয়। উহাতে নারী চিত হইয়া পড়িয়া আছে আর পুরুষ উহার দুই পায়ের মাঝখানে বসিয়া মিলিত হইতেছে। ঐ আসনের বিকল্পে নারীর দেহের উপরের অংশ টানিয়া আনিয়া পুরুষের বুকের সঙ্গে মেলানো দেখানো হইয়াছে। প্রথমোক্ত আসনে মিলনের অভ্যাস এখনও কতক অস্ট্রেলিয়ার আদিম অধিবাসীদের মধ্যে প্রচলিত আছে। দ্বিতীয়োক্ত আসনের প্রতিকৃতি ভারতের কোনও কোনও গুহাতেও খোদাই করা দেখা যায়। পোম্পেই-এর বেশ্যাপাড়ায় অঙ্কিত ছবিগুলিতেও এ রকম দেখা যায়। সুইডেনের বোহুসলান (Bohuslan)-এ পুরাতন একটা পাথরের প্রতিমূর্তিতে দু'জোড়া নর-নারীকে দণ্ডায়মান অবস্থায় মিলিত হইতে দেখা যায়। গ্রীক ও রোমান ছবিতেও ওরকম প্রতিকৃতি দেখা যায়।

খ্রীঃ পূঃ প্রায় ৩,০০০ হাজার বৎসর আগেকার উপরের কয়েকটা সিলমোহরে নারী উপরে পুরুষ নীচে এরূপ আসনে মিলন দেখা যায়। এই আসন ইউরোপের আমেরিকার আযটেক্স, পেরুবাসী, এশিয়ার ভারত, চীন, জাপান, গ্রীস, পোম্পেই ইত্যাদি জায়গার পুরাতন চিত্রকলায় পাওয়া যায়। ইহাতে মনে হয় উহা ঐসব দেশে বহু প্রচলিত ছিল।

পোম্পেই-এর দেয়ালের গায় চিত্রিত বিবিধ আসনের প্রতিচ্ছবি দেখা যায়। ইহাদের মধ্যে কয়েকটির কথা আগেই বলা হইল। নারীর পশ্চাদ্দিক হইতে মিলন; সামনা-সামনি মিলন; পুরুষ হাঁটু গাড়িয়া বসা অবস্থায় ও নারী উহার পা দু-খানি পুরুষের কাঁধে রাখিয়া মিলন; নারী-পুরুষের উপরে উহার মুখের দিকে পিছন দিয়া বসা অবস্থায় মিলন; নারীর দাঁড়াইয়া, হাঁটু গাড়িয়া বসিয়া, শুইয়া—নানাভাবে পুরুষের সঙ্গে মিলন ইত্যাদি ইত্যাদি। এ সবের উল্লেখ গ্রীস রোমের সাহিত্যেও বহু আছে—এরিস্টোফেনস, ওভিড়, মারশ্যাল, লুসিয়ান, হোরেস, এ্যাপুলিয়াস ও অন্যান্যের বই-পুস্তকেও লেখায়।

আসন সম্পর্কে বিশিষ্ট বর্ণনা মিশরের খ্রীঃ পূঃ প্রায় ১,৩০০ বৎসরের একটি প্যাপিরাসে তুরিনের সরকারী লাইব্রেরীতে রক্ষিত আছে বলিয়া এলিস উল্লেখ করেন। উহাতে চৌদ্দটি আসনের উল্লেখ আছে।

ভারতীয় অনঙ্গ রঙ্গে ৩২টির ও কামসূত্রে ও সেখ নেফযাবির 'সুগন্ধি কাননে' বহু আসনের উল্লেখ আছে।

ঊনবিংশ শতাব্দীর যৌন বৈজ্ঞানিক করবার্গ তাঁহার 'দ্য ফিগারিস ভেনেরিস' বইতে নব্বই প্রকার আসনের সম্ভাব্যতার কথা বলেন।

ডাঃ ভ্যান ডি ভেল্ডি কয়েকটি প্রধান আসনের গুণাগুণ দেখান। ইঁহার বিশ্লেষণ চমৎকার।

অভিনবত্বের প্রয়োজন

মোট কথা, অনেক স্থলেই মিলনের নিত্য-নূতনত্ব অনুভব করিবার জন্য বিভিন্ন সময়ে বিভিন্ন আসন গ্রহণ করা উচিত। ভ্যান ডি ভেল্ডি বলিয়াছেন, "দুর্ভাগ্যবশত অনেক স্বামীই জানেন না যে, আসন ও ক্রিয়ার বৈচিত্র্য দ্বারা দাম্পত্যজীবনের একঘেঁয়েমি অনেকখানি দূর করা যাইতে পারে। যাঁহারা জানেন, তাঁহারাও ঐরূপ বৈচিত্র্যকে পাপ লালসা বলিয়া ঘৃণা করিয়া থাকেন।

আমি পূর্বেই বলিয়াছি, বিবাহিত জীবনের একঘেঁয়েমি দূর করিয়া উহাতে অভিনবত্ব দান করতঃ বিবাহ জীবনকে মধুর করিয়া তোলা প্রত্যেক সমাজ-কল্যাণকামীর অবশ্য কর্তব্য। মিলনকে শাস্ত্র সংস্কার ও নীতিবাদ দ্বারা একঘেঁয়ে করিয়া তুলিয়া মানুষ দাম্পত্যজীবনের সুখ ও শান্তিকে যে কতটা বিপন্ন করিয়া তুলিয়াছে, চিন্তাশীল ও দূরদর্শী সমাজকল্যাণকামিগণ অবশ্যই তাহা বুঝিতেছেন। শৃঙ্গারাদি প্রক্রিয়া সম্বন্ধে যাহা সত্য, আসনে বিভিন্নতা সম্বন্ধেও অবিকল তাহাই সত্য।

ডাঃ ফোরেল এমনও পরামর্শ দিয়াছেন যে, যদি একঘেঁয়েমির জন্য স্বামীর মনোভাব স্ত্রীর প্রতি উদাসীন বা তিক্ত হইয়া উঠে, তবে স্ত্রীকে বিভিন্ন বেশে সাজাইয়া মনকে ফাঁকি দিয়া হইলেও বিবাহিত জীবনে অভিনবত্ব আনিতে হইবে। হ্যাভেলক এলিস বলিয়াছেন, "অনেকের এইরূপ ভ্রান্ত ধারণা আছে যে, মিলনের একটি মাত্র স্বাভাবিক আসন আছে। অন্য সমস্ত আসনই অস্বাভাবিক। ইহা স্মরণ রাখা উচিত যে, যাহাতে দম্পতি সুখ পায়, তাহাই উত্তম, ন্যায্য ও স্বাভাবিক।"

সুতরাং এ বিষয়ে স্বাভাবিক-অস্বাভাবিক বলিয়া বাঁধা-নিয়ম কিছু থাকিতে পারে না।* দম্পতি যাহাতে এবং যে প্রকারে আনন্দ পায় এবং যাহাতে তাহাদের স্বাস্থ্যহানি না হয়, তাহাই তাহাদের পক্ষে স্বাভাবিক ও উচিত। পুরুষের বহু-নারীসম্ভোগ বাসনাকে সংযত রাখিবার জন্য মিলনের বৈচিত্র্যের কত প্রয়োজন, তাহা আমরা ইতিপূর্বেই বলিয়াছি। প্রসিদ্ধ ফরাসী সাহিত্যিক ব্যাল্‌যাক তাঁহার 'ফিজিওলজি অব ম্যারেজ' নামক গ্রন্থে বলিয়াছেন, "যদি রতিকার্যে বৈচিত্র্য থাকে, তবেই এক পুরুষ এক নারী লইয়া সন্তুষ্ট থাকিতে পারে।" ডাঃ মিচেল পুরুষের এই মনোবৃত্তি বিশ্লেষণের জন্য একটি ফরাসী বাণী উদ্ধৃত করিয়াছেন। উহা এইরূপঃ এক স্বামী তাহার রঙ্গময়ী স্ত্রী সম্বন্ধে এইরূপ বলিতেছে—I have in her many mistresses and at every moment I enjoy the merit of constancy and the pleasure of infidelity. অর্থাৎ আমি আমার এক স্ত্রীতেই বহুপত্নী উপভোগ করি এবং প্রতি মুহূর্তে সতীত্ব ও একনিষ্ঠতার প্রসাদ এবং ব্যভিচারের আনন্দ উপভোগ করি।

* "There should be nothing definite and fixed in sex, and the more unconventional, imaginative and surprising the methods employed, the greater likelihood of exquisite pleasure"—Macandrew."

ইহা পুরুষ মনোবৃত্তির এবং কামকলার সাফল্যের একটি নিখুঁত নজির।

আসনের বিভিন্নতার প্রয়োজন

শুধু একঘেঁয়েমি হ্রাস করিবার জন্যই যে বিভিন্ন আসনের প্রয়োজন, তাহা নহে; অনেক ক্ষেত্রে ইহা দম্পতির দৈহিক কল্যাণের জন্যও অত্যাবশ্যক। সেইজন্য আমরা এখানে আসন সম্বন্ধে কিঞ্চিৎ আলোচনা করিব।

সাধারণ আসন বলিতে আমরা যাহা বুঝি (অর্থাৎ স্ত্রীর চিত অবস্থায় থাকা ও স্বামীর উপরে অবস্থান) তাহাই একমাত্র স্বাভাবিক ও সঙ্গত আসন এরূপ মনে করার পক্ষে কোন সুযুক্তি নাই। উভয়ের অঙ্গের সমতা বিধান করিতে অন্য কোন আসনের প্রয়োজন হইতে পারে এবং প্রায়শই হইয়া থাকে। অনেক সময় যৌনমিলনের মধ্যেই স্ত্রী নানাপ্রকার শৃঙ্গার কামনা করে যাহা তাহার চরমতৃপ্তিলাভের জন্য প্রয়োজন হয়—তাহার জন্য অন্য আসনের প্রয়োজন আছে। কোনও কোনও ক্ষেত্রে ইহাও দেখা যায় যে, সাধারণ আসনে স্ত্রীর কিছুতেই চরমপুলক লাভ হয় না, অথচ অন্য আসনে (যেমন বিপরীত বিহারে) সহজেই হয়।

গর্ভবতী স্ত্রীর সহিত সাধারণ আসনে সঙ্গম করা যাইতে পারে না, কারণ উহাতে জরায়ুতে আঘাত লাগা ছাড়া স্ত্রীর পেটের উপর স্বামীর চাপ পড়ায় ভ্রূণের অনিষ্ট হইতে পারে। অথচ এই সমস্ত দৈহিক প্রয়োজনের কথা জানিয়াও অনেকে অজ্ঞতাবশত অন্য কোন আসন অবলম্বন করেন না অথবা জানিলেও ভুল শিক্ষাবশত উহাকে অন্যায় বা পাপ মনে করেন।

ডঃ মেরী স্টোপস্ দুঃখ করিয়া বলিয়াছেন যে, দৈহিক প্রয়োজনীয়তার ক্ষেত্রেও শিক্ষিত পুরুষ আসনের বিভিন্নতার প্রয়োজনীয়তা বুঝিতে পারে না, ইহা তাঁহার বিশ্বাস করিতে ইচ্ছা হয় না। অথচ একটি মহিলা সত্যসত্যই তাঁহার নিকট বলিয়াছেন যে, স্বামীর শরীরের চাপে অনেক সময়ে তিনি অচেতন হইয়া পড়েন, তবু স্বামী পাপের ভয়ে অন্য কোনও আসন অবলম্বন করিতে রাজী হয় না। উভয়েরই উভয়কে দৈহিক ও মানসিক আনন্দদান মিলনের অন্যতম উদ্দেশ্য; অথচ স্বামী স্ত্রীকে অসহ্য কষ্ট দিয়া, তাহার জীবন বিপন্ন করিয়া, নিজের সংস্কারের মর্যাদা রক্ষা করিয়া নিজের দেহের ক্ষুধা মিটাইবে, ইহাকে পাশবিকতা ছাড়া আর কি বলিব?

সুতরাং অভিনবত্ব দান করিয়া দাম্পত্যজীবন সরস করিবার জন্য এবং স্বামী-স্ত্রীর সুখ ও আনন্দ লাভের জন্য—এই উভয় কারণেই বিভিন্ন আসন পরিগ্রহ করা নিতান্ত প্রয়োজন। এইজন্যই বিভিন্ন দেশের বিভিন্ন সমাজে আদিকাল হইতে বিভিন্ন আসনের প্রচলন আছে। কামক্রীড়াকে কলারূপে চর্চা করিতে গিয়াই মানুষ এই সমস্ত প্রমোদের উপকরণ আবিষ্কার করিয়াছে; মানুষের জ্ঞান ও সভ্যতা বৃদ্ধির সঙ্গে সঙ্গে আরও বহু অভিনব প্রক্রিয়া আবিষ্কৃত হইবে বলিয়া নিঃসন্দেহে অনুমান করা যাইতে পারে।

বলাবাহুল্য, প্রয়োজনের খাতিরে মানুষ যাহা কিছু আবিষ্কার করিবে, সে সমস্ত স্বাভাবিক প্রক্রিয়া বলিয়া গণ্য হইবে।

প্রসিদ্ধ স্ত্রীরোগ-বিশেষজ্ঞ ডাঃ ডিকিনসন বলিয়াছেন, "A woman should be assured that there is nothing in the fullest sweep of passion that is incompatible with her highest ideals of spiritual love, and that all mutual intimacy of behaviour is right between husband and wife." অর্থাৎ স্ত্রীদের বুঝাইতে হইবে যে, স্বামী ও স্ত্রী পরস্পরের প্রতি প্রেমের তীব্রতায় পরস্পরের দেহের যে ব্যবহারই করুক না কেন, তাহা দোষের হইতে পারে না।

আসনের সংখ্যা

পূর্বেই বলিয়াছি নানা দেশে বিশেষ করিয়া ভারতীয়, আরবী প্রভৃতি প্রাচ্য যৌন-শাস্ত্রে আসন সম্পর্কে বহু গবেষণা হইয়াছে। এতদ্দেশীয় যৌনগ্রন্থসমূহে বহু আসন প্রচলিত থাকার উল্লেখ দেখা যায়। ৪৮ হইতে ১৫১ পর্যন্ত উহার সংখ্যা নির্দেশও হইয়াছে। বস্তুত এ বিষয়ে একদিকে হইয়াছে জ্ঞানাভিমানীদের অত্যুক্তির ছড়াছড়ি—অন্যদিকে হইয়াছে লোকের কৌতূহলের বাড়াবাড়ি। প্রাচীনতম পুস্তক হইতে এক এক গ্রন্থে দুই-চারিটি করিয়া বাড়িয়া বাড়িয়া আসনের সংখ্যার কেবল ঊর্ধ্বগতিই হইয়াছে।

আরবী বই শেখ নেফযাবীর 'সুগন্ধি কানন' নামক পুস্তকে বহু আসনের বিস্তৃত বিশ্লেষণ আছে।*

---

* পূর্বোক্ত শেখ নেফযাবী তাঁহার 'সুগন্ধি কানন'-এ আসনের বর্ণনা আরম্ভ করেন এইভাবে:

(ক) "*Sundry Positions for the Coitus*" :

"The ways of doing it to women are numerous and variable. And now is the time to make known to you the different positions which are usual.

"God, the magnificient, has said : (কোরআনে)

"Women are your field. Go upon your field as you like. According to your wish you can choose the position you like best provided, of course, that coition takes place in the spot destined, for it, that is, in the vulva.

"Manner the—first-Make the women lie upon her back, with her thighs raised, then, getting between her legs, introduce your member into her. Pressing your toes to the ground, you can rummage her in a convenient, measured way. This is a good position for a man with a long verge."

এইভাবে দ্বিতীয়, তৃতীয়...হইতে একাদশ প্রক্রিয়া বর্ণনা করিয়া তিনি ভারতীয় আসন কলার সুখ্যাতি করেন এই বলিয়া যে, ওখানে আরও বহু প্রকার আসনের প্রচলন আছে এবং ভারতীয়রা বহুবিধ উপভোগের চর্চা করিয়া যৌনবিদ্যায় আরও অগ্রসর হইয়াছেন। বোধ হয়, কামসূত্র ও অনঙ্গ রঙ্গ প্রভৃতি শাস্ত্রের পরিচিতি হইতে।

(খ) অপূর্ব নাম বিশ্লেষণসহ এসব প্রক্রিয়ার উল্লেখ তিনি এভাবে করিয়াছেন:

"**Among those manners are the following, called :**

1. *EL asemeud*, the stopperage.

আসনের ব্যাখ্যা ও মূলসূত্র

'আসন' বলিতে কি বুঝায় এবং উহা কিভাবে সংঘটিত হয় ইহা অনুধাবন করিলে সকলেই বুঝিতে পারিবেন যে, এ বিষয়ে সংখ্যা-নির্দেশ হাস্যজনক। উহা অসংখ্য বলিলেও ভুল হয় না।

2. *EL modefeda,* frog fashion.
3. *EL mokefa,* with the toes cramped.
4. *EL mokeurmeutt,* with legs in the air.
5. *EL setourt,* he-goat fashion.
6. *EL loulabi,* the screw of Archimedes.
7. *EL kelouci,* the somersault.
8. *Hachou en nekanok,* the tail of the ostrich.
9. *Lebeuss el djoureb,* fitting on the sock.
10. *Kechef el estine,* reciprocal sight of the posteriors.
11. *Nexa el kouss,* the rainbow arch.
12. *Nesedj el kheuzz,* alternative piercing.
13. *Dok el arz,* pounding on the spot.
14. *Nik el kohoul,* coition from the back.
15. *El keurchi,* belly to belly.
16. *El kebachi,* ram fashion.
17. *Dok el outed,* driving the peg home.
18. *Sedek el heub,* love's fusion.
19. *Tred ech chate,* sheep-fashion.
20. *Kalen el miche,* interchange in coition,
21. *Rekeud el air,* the race of the member.
22. *El modakheli,* the fitter-in.
23. *El khouariki,* the one who stops in the house.
24. *Nik el haddadi,* the smith's coition.
25. *El moheundi,* the seducer.

(গ) নামের বাহার এসবে থাকিলেও, বস্তুত হস্ত, পদ, মস্তক, অঙ্গ ইত্যাদির নানাভাবে রাখিবার ও শুইয়া, বসিয়া, দাঁড়াইয়া, নানাভঙ্গীতে মিলনের কলাকৌশলই বর্ণনা করা হইয়াছে। ইহাদের মধ্যে অনেকগুলিই কষ্টসাধ্য—কতকটা মাত্র উপভোগ্য। আমরা আধুনিক বিচার-বিশ্লেষণে উপভোগ্যগুলিরই উল্লেখ করিব।

শেখ সাহেবও ওসব সম্পর্কে এরূপ মন্তব্য করিয়াছেন:

"The preceding descriptions furnish a large number of procedures, that cannot well be all put to the proof; but with such a variety to choose from, the man who finds one of them difficult to practise, can easily find plenty of others more to his convenience."

ইনি ইহার পর বিভিন্ন প্রকারের নর ও নারীর (যথা—খর্ব, দীর্ঘ, মোটা, কৃশ ইত্যাদি) কোন্ আসন ভাল তাহার নির্দেশ দিয়াছেন।

মিলনে দম্পতির অঙ্গবিন্যাসের বিশিষ্ট ভঙ্গি অথবা উহাদের অবস্থানের প্রকাশ বিশেষকেই আমরা আসন বলিব (মূল কথা আঙ্গিক মিলন সংস্থাপন ; উহা অসংখ্য প্রকারে ও প্রক্রিয়ায় হইতে পারে) ।

প্রথমত, স্বামী-স্ত্রী সামনাসামনি অথবা স্বামী স্ত্রীর পিছনে থাকিয়া মিলিত হইতে পারে ।

দ্বিতীয়ত, উহারা উপর-নীচ বা পাশাপাশি থাকিয়া ঐরূপ করিতে পারে ।

তৃতীয়ত, উহারা শায়িত, উপবিষ্ট বা দণ্ডায়মান অবস্থায় ঐরূপ করিতে পারে ।

এই সকল অবস্থান বিশেষে আবার হাত, পা ইত্যাদি অঙ্গ-প্রত্যঙ্গের অবস্থানভেদে নূতন নূতন আসন সংগঠিত হইতে পারে ।

দম্পতি কৌতূহলপরবশ হইয়া নানাভাবে আপনা হইতেই মিলন সমাধা করিতে পারে । আমরা পূর্বেই বলিয়াছি, এবংবৈচিত্র্য, আনন্দবর্ধন, গর্ভাবস্থা, একজনের বা উভয়ের শরীরের স্থূলতা ইত্যাদি কারণে ঐরূপ বৈচিত্র্যের প্রয়োজনও হইয়া পড়ে ।

এইজন্য পাঠক-পাঠিকাকে প্রধান প্রধান আসনসমূহ সম্বন্ধে অবহিত হইতে হইবে এবং উহাদের সুবিধা ও অসুবিধা, কোন্ অবস্থায় কোন্ আসন প্রশস্ত বা ক্ষতিকর ইত্যাদি বিষয় ভালমত বুঝিতে হইবে ।

আমরা এইজন্য কতিপয় প্রধান প্রধান আসন এবং উহাদের দোষগুণ সংক্ষেপে আলোচনা করিতেছি । আরবী, ফারসী, সংস্কৃত এবং ইংরেজিতে লিখিত যৌনগ্রন্থসমূহে এ প্রসঙ্গে খোলাখুলি আলোচনার রীতিই রহিয়াছে ।

সাধারণ আসন

সাধারণ আসন বলিতে আমরা স্ত্রীর চিত হইয়া থাকা এবং তাঁহার উপর স্বামীর অবস্থান বুঝি । ইহা সহজ ও বহুল প্রচলিত । পরস্পরের দেহের ঘনিষ্ঠ সমাবেশ, মুখোমুখি আলাপ ও চুম্বনাদির সুবিধা হয় বলিয়া অবস্থা-বিশেষ ব্যতিরেকে এই আসনই দম্পতির অবলম্বনীয় ।

কিন্তু সহজ হইলেও ইহার সম্বন্ধে কতকগুলি অবশ্য জ্ঞাতব্য ও অবশ্য কর্তব্য তথ্য এবং ইহার কয়েকটি প্রকারভেদ আছে* ঃ

(ক) স্ত্রীর মাথার নীচে বালিশ থাকিবে না (প্রয়োজন হইলে স্ত্রীর পাছার বা কোমরের নীচে বালিশ থাকিতে পারে) । স্ত্রীর দুই উরুর মধ্যে হাঁটু গাড়িয়া বসিয়া স্বামী অঙ্গসংযোগ করিবেন (স্বামী স্থূলকায় হইলে স্ত্রীর পাছার নীচে বালিশ না দিলে এইভাবে আঙ্গিক সংযুক্তি ঘটানো যায় না), অথবা স্ত্রীর পা বিছানায় লম্বা করিয়া শৃঙ্গার করিতে করিতে গড়াইয়া তাহার উপরে উঠিবেন । প্রথমোক্ত উপায়ে অঙ্গ-সংযোগ

* অধ্যায়ের শেষে চিত্রগুলিতে অবস্থানের বিভিন্নতা দেখানো হইয়াছে । বুঝিতে সুবিধা হইবে ।

করিবার পর স্ত্রীর নিজের পদদ্বয় পিছন দিকে ছড়াইয়া দিয়া উপুড় হইবেন। গড়াইয়া উপরে উঠিলে স্বামী এক হাতের উপর শরীরের ঊর্ধাংশের ভার রাখিয়া অপর হস্তে বা স্ত্রীর হাতের সাহায্যে আঙ্গিক মিলন সম্পাদন করিবেন। অনেক সময় নববিবাহিতা বা অতিরিক্ত লজ্জাশীলা স্ত্রী স্বামীর চোখের সামনে (ঘর অন্ধকার থাকিলেও) উন্মুক্ত হইতে চান না, সে অবস্থায় দ্বিতীয় উপায়ে মিলিত হইতে হয়। যে উপায়েই অঙ্গ-সংযোগ করা হউক না কেন, স্ত্রীর উপরে উপুড় হইয়াই স্বামী দুই হাঁটু এবং এক বা উভয় কনুইয়ের উপর শরীরের সম্পূর্ণ ভার রাখিবেন, নতুবা স্ত্রীর বুকের উপর চাপ পড়িবে। স্বামী তাঁহার হাত স্ত্রীর বগল ও কাঁধের নীচে দিয়া লইয়া গিয়া স্ত্রীর কাঁধ বা মাথা চাপিয়া ধরিবেন। এইরূপ অবস্থানে স্ত্রীর শরীরের উপর কোনরূপ চাপ পড়ে না অথচ মিলনকালে আনন্দের ঘনীভূত অবস্থায়, ইচ্ছা হইলে স্ত্রীর দেহ আকর্ষণ করিয়া সজোরে অক্লেশে বুকে চাপিয়া ধরা যায় এবং স্ত্রীর মুখমণ্ডল ঘুরাইয়া ফিরাইয়া তাহার নানাস্থানে চুম্বন (ও দংশন) করা যায়। স্ত্রী দুই হাত দিয়া স্বামীর গলা জড়াইয়া বা তাঁহার মস্তক বা মুখমণ্ডল বা চুল চাপিয়া ধরিবেন। চুম্বন, সোহাগ ইচ্ছা ও প্রয়োজন মত এক হস্তে ভর দিয়া অপর হস্তে স্ত্রীর কামাঞ্চলগুলি স্পর্শন ও প্রচাপন ইত্যাদিও চলিতে থাকিবে। স্ত্রীকেও সকর্মক হইতে হইবে—স্ত্রীর চরমপুলকলাভের জন্য উহার সকর্মকতা আবশ্যক। বহু স্ত্রী স্বামীর প্রথমে মৃদু স্তন-চুম্বন ও পরে সজোরে চোষণ কামনা করেন। ইহাতে তাহাদের চরমপুলকলাভে সুবিধা হয়।

(খ) স্ত্রী নিজের পদদ্বয় ফাঁক করা অবস্থাই বিছানায় লম্বাভাবে ছড়াইয়া রাখিবেন অথবা উহা দ্বারা স্বামীর উরুদ্বয় জড়াইয়া ধরিবেন (এই দুইভাবে এবং (ক)-এ বর্ণিত অবস্থাতে পা রাখিলে স্ত্রী নীচে থাকিয়াও সকর্মক হইতে পারেন); বা স্বামীর কোমর জড়াইয়া ধরিতে অথবা পদদ্বয় পেটের উপর সম্পূর্ণভাবে মুড়িয়া (উরু পেটের উপর এবং পদদ্বয় হাঁটু হইতে সম্পূর্ণ ভাঁজ করিয়া) রাখিতে পারেন। প্রথমোক্ত ভাবে পা রাখিলে অঙ্গচালনার সঙ্গে সঙ্গে ভগাঙ্কুর শিশ্নগাত্রে ভালভাবে ঘর্ষিত হয়; দ্বিতীয় বা তৃতীয়ভাবে পা রাখিলে যদি স্বামীর উরু বা কোমর জোরে চাপিয়া ধরা হয় তবে স্বামীর অঙ্গচালনায় বাধা পড়িতে পারে। প্রথম অবস্থানে পা থাকিলে গভীরে প্রবেশ হয় না বলিয়া দীর্ঘ লিঙ্গ বিশিষ্ট পুরুষের স্ত্রীর পক্ষে ভাল, তৃতীয় ও চতুর্থ অবস্থানে পা থাকিলে গভীরে প্রবেশ হয় বলিয়া হ্রস্বলিঙ্গ বিশিষ্ট স্বামীব পক্ষে ভাল।

আবার স্ত্রী পদদ্বয় ফাঁক না রাখিয়া আঙ্গিক সংযুক্তির পর উরুদ্বয় একত্র করিয়া বিছানায় লম্বালম্বিভাবে (পরস্পরের সর্বাঙ্গের স্পর্শ এক মাত্র এই আসনেই হইতে পারে) অর্থাৎ স্বামীর পদদ্বয়ের মধ্য দিয়া রাখিবেন। ইহাতে গভীরে প্রবেশ হয় না। কিন্তু ইহাতে ভগাঙ্কুর উদ্দীপিত হয় এবং স্বামীর লিঙ্গের উপর চাপ পড়ে বলিয়া উভয়েরই সুখানুভূতি বৃদ্ধি পায় এবং চরমপুলক আগাইয়া আসে। স্বামীর অঙ্গ দীর্ঘ অথবা স্ত্রীর অঙ্গের গভীরতা কম বা অধিক সন্তান প্রসবে বা অন্য কোন কারণে স্ত্রীর অঙ্গ ঢিলা

সাধারণ আসনের এই সবগুলি প্রকারভেদেই উপযুক্ত জন্মনিয়ন্ত্রণের ব্যবস্থা না করা থাকিলে গর্ভধারণের সম্ভাবনা পূর্ণমাত্রায় থাকে।

অন্যান্য প্রধান প্রধান আসন

(১) স্বামী উপরে অবস্থান না করিয়া কাতভাবে বালিশে মাথা রাখিয়া স্ত্রীর পাছার নীচে এক উরু এবং তাহার উরুদ্বয়ের মধ্যে আর এক উরু রাখিয়া মিলিত হইতে পারেন। স্ত্রী চিতভাবেই থাকিবেন। তাঁহার মাথা পূর্বদিকে থাকিলে, স্বামী বাম কাতে শুইলে তাঁহার মাথা উত্তরদিকে এবং ডান কাতে শুইলে দক্ষিণদিকে রাখিবেন। বুক ও মুখ দূরে থাকায় চুম্বনাদি করিতে অসুবিধা হয়।

ইহাতে কাহারও বিশেষ কষ্ট হয় না। স্বামী হাত দুখানি দিয়া স্তন মর্দন, তলপেটে হাত বুলানো, ডান হাতে স্তন মর্দন ও বাম হাতের অঙ্গুলী দিয়া ভগাঙ্কুর ঘর্ষণ ইত্যাদি শৃঙ্গার চালাইতে পারেন। আঙ্গিক মিলন গভীর হয় না এবং উত্তেজনা কম হয়। থামিয়া থামিয়া প্রচাপ দেওয়া চলে, অঙ্গ ভিতরে রাখিয়াও বিশ্রাম চলে। এই জন্য **ক্রিয়ার স্থায়িত্ব** বাড়ে। প্রথম প্রথম মিলনে এই আসন ভাল। পরেও **সম্ভোগ দীর্ঘ করিবার** মানসে অথবা গর্ভাবস্থায় এই আসন অবলম্বন করা যায়। **গল্প আলাপাদি** চলিতে পারে। উত্তেজনা বাড়িলে এবং গর্ভের দরুন অসুবিধা না থাকিলে স্ত্রীর ইঙ্গিত-ক্রমে স্বামীর উপরে উঠিয়া কার্য শেষ করা উচিত।

আমরা এই আসন ভাল ও গ্রহণযোগ্য মনে করি।

(২) উপযুক্ত মত উঁচু খাট বা তক্তপোশের কিনারায় স্ত্রী বসিয়া পিছন দিকে কনুই বা হাতের উপর হেলান দিবেন। স্বামী দণ্ডায়মান অবস্থায় থাকিবেন। স্ত্রীর পা নীচে ঝুলাইয়া রাখিতে, স্বামীর কোমরে জড়াইতে, উহার বাহুদ্বয়ের মধ্যে অথবা উহার স্কন্ধে ন্যস্ত রাখিতে পারেন। প্রথমোক্ত প্রকারে স্ত্রীর ভগাঙ্কুর উদ্দীপিত হয়; শেষোক্ত তিন প্রকারে আঙ্গিক মিলন গভীর হয়। স্ত্রী খাটের উপর গা হেলাইয়া দিতে পারেন অথবা একেবারে শুইয়াও পড়িতে পারেন। স্বামীর অঙ্গ খাটো হইলে এই আসনে পূর্ণ আনন্দ লাভ করিতে পারেন। স্ত্রীর ইঙ্গিতক্রমে স্বামী উপরে উঠিয়া কার্য শেষ করিতে পারেন।

(৩) পাশাপাশি অবস্থায়ও মিলন সাধিত হইতে পারে। স্ত্রীর গর্ভাবস্থায় ইহা প্রশস্ত।

ইহাতে স্ত্রী এক কাতে শুইয়া নীচের পা টানিয়া গুটাইবেন; স্বামী মুখোমুখি কাতভাবে শুইয়া উহার দুই উরুর মধ্যে অবস্থান করিবেন। স্বামী ভারী হইলে স্ত্রীর অসুবিধা হয়। আরও অসুবিধা এই যে, অঙ্গ-সঞ্চালনে কতকটা বাধা পড়িয়া যায়।

(৪) স্ত্রী চিত হইয়া হাঁটু উঁচু ও ভাঁজ করিয়া রাখিবেন। স্বামী কাতভাবে স্ত্রীর

পাছার পিছনে, হাটুর নীচে, পাছা ও গোড়ালির মধ্যে আড়াআড়িভাবে প্রায় সমকোণে (at right angles) থাকিবেন। হাত দুইখানা শৃঙ্গারে ব্যবহার করা যাইবে।

প্রথম প্রথম মিলনের জন্য ইহা ভাল, গর্ভাবস্থায়ও প্রশস্ত। কারণ, ইহাতে আঙ্গিক মিলন তত গভীর হয় না ; উপরে উঠিবার বা বিশেষ উদ্যোগ আড়ম্বর ও আয়োজনের দরকার থাকে না ; পরস্পর গোপনীয় অঙ্গ দেখা বা দেখানো হয় না ; সুতরাং নারীর লজ্জাশীলতার হানি হয় না।

(৫) স্বামী চিতভাবে শুইয়া (ইহাকেই বিপরীত বিহার বলে) অথবা শয্যায়, মেঝেতে, দোলনায়, কোচে, মোটরের পিছনের আসনে বা হাতলহীন চেয়ারে বসিয়া থাকিবেন। স্ত্রী উপরে বা কোলে সামনাসামনি বসিবেন। এই দুই ক্ষেত্রে স্ত্রীই বেশী সকর্মক হইতে পারেন। স্ত্রী আগে পাছে ঝুঁকিয়া স্বামীর বুকের উপর শুইয়া হাতের বা গোড়ালির উপর ভর দিয়া, অথবা হাঁটু গাড়িয়া অঙ্গসঞ্চালন করিতে পারেন। স্ত্রী কৃশকায়া হইলে ভাল হয়। গর্ভাবস্থায় এগুলি প্রশস্ত নয়।

স্বামী বসিয়া এবং স্ত্রী তাঁহার সামনাসামনি কোলে বসা অবস্থায় স্ত্রী স্বামীর গলা জড়াইয়া গোড়ালির উপরে ভর রাখিলে সুবিধা হয়। এই আসন স্ত্রীর পক্ষে খুবই পুলকদায়ক।

স্বামী চিত হইয়া কোমর হইতে উরুদ্বয় পেটের উপর ভাঁজ করিয়া রাখিয়া স্ত্রী তাঁহার উরুদ্বয়ের উপরে দেহের ভার রাখিলে ও উরু জড়াইয়া ধরিয়া হাঁটু মুড়িয়া রাখিয়া সামনাসামনি অবস্থানে মিলিত হইয়া অঙ্গসঞ্চালন করিতে পারেন। স্ত্রী উপরে আসনে স্বামীর অসুবিধা না হইলে স্ত্রী চরমপুলক লাভে সুবিধা হয়। স্ত্রী নানা রকমে কোমর ঘুরাইয়া নিজের আনন্দ বাড়াইতে পারেন। স্বামীর পা স্ত্রীর কাঁধের উপর থাকিতে পারে।

(৬) স্ত্রীজাতির পিছন দিক হইতে মিলিত হওয়া জন্তুদের মধ্যে স্বাভাবিক। মানুষের মধ্যেও ইহা সম্ভবপর।

(ক) পাশাপাশি শুইয়া (সাধারণত উভয়ে বাম কাতে ও হাঁটু অল্প ভাঁজ করিয়া) স্বামী পিছনে থাকিতে পারেন। স্বামী একটু পিছাইয়া ও নামিয়া শুইবেন। স্ত্রী যতদূর সম্ভব পাছা পিছনে ঠেলিয়া দিবেন। উভয়ের শরীর বিছানায় থাকার দরুন কষ্ট কম হয়। স্ত্রী মোটা হইলে, উহার অসুখে, প্রথম প্রথম মিলনে ও গর্ভাবস্থায় ইহা প্রশস্ত।

(খ) স্ত্রী কনুই এবং কপাল বিছানায় রাখিয়া হাঁটুর উপর ভর করিয়া পাছা উঁচু করিতে পারেন। স্বামী পিছনে হাটু গাড়িবেন।

ইহাতে কিছু অসুবিধা আছে এবং ইহা কতকটা কষ্টকরও বটে।

(গ) পা ঝুলাইয়া বসা স্বামীর কোলে স্ত্রী পিছনে ফিরিয়া বসিলেও একটি আসন সংঘটিত হয়। স্বামী উরুদ্বয় অল্প বিস্তৃত করিবেন কিন্তু স্ত্রী অধিক বিস্তৃত করিবেন। স্ত্রীর পায়ে ভর দিবার ব্যবস্থা থাকা চাই। স্ত্রী সামনের দিকে না ঝুঁকিলে আঙ্গিক বিযুক্তি হইতে পারে। আঙ্গিক মিলনও ইহাতে খুব পূর্ণ হয় না। স্বামী মোটা হইলে ইহাতে সুবিধা হয় না। স্বামী দুই মুক্ত হাতে শৃঙ্গারের পূর্ণ সুযোগ পান।

(ঘ) উভয়েই দণ্ডায়মান থাকিলে মিলনে অসুবিধা হয়। স্ত্রী হাল্কা হইলে দণ্ডায়মান স্বামীর কোলে উঠিয়া পিঠ ঠেসান দিয়া উহার কোমরে পা জড়াইয়া থাকিতে পারেন; ইহা অসুবিধাজনক ও পরিত্যাজ্য। জলের মধ্যে ওজন কমে বলিয়া স্নানের সময় ইহা সহজসাধ্য। স্ত্রী স্বামীর গলা ও স্বামী স্ত্রীর পিঠ জড়াইয়া ধরিবেন।

মোট কথা এই সকল অবস্থানবিশেষের সংযোজন, বিয়োজন ও সংশোধনেই আবার আরও নূতন নূতন আসন ও উপায় আবিষ্কৃত হইতে পারে।

প্রত্যেক নূতন প্রক্রিয়াই যে প্রশস্ত তাহা নহে; আমরা প্রধান প্রধান কয়েকটি আসনের দোষত্রুটি ও বিশেষত্ব যেভাবে সমালোচনা করিলাম, সেইভাবে যুক্তি খাটাইয়া পাঠক-পাঠিকাও বিচার করিয়া লইতে পারিবেন।*

মিলনকে একঘেঁয়েমি হইতে বাঁচাইতে এবং বিশেষ অবস্থায় পীড়াদায়ক, অথবা অনিষ্টকর হইতে না দিতে চাহিলে উপযুক্ত অবস্থায় সর্বদা নূতন নূতন ও প্রশস্ত আসন অবলম্বন করিতেই হইবে।

বস্তুত আসনের নিয়ন্তা আমাদের মতে দম্পতি। পুস্তক বা দীক্ষাগুরু শুধু সহায়তা করিতে পারে মাত্র। দম্পতি লক্ষ্য করিয়া গেলে সহজেই ধরিতে পারিবেন কোন্ কোন্ আসনে অসুবিধা কম এবং উপযোগিতা বেশী। আবার একই মিলনে ইচ্ছামত আসন পরিবর্তন করা যাইতে পারে।

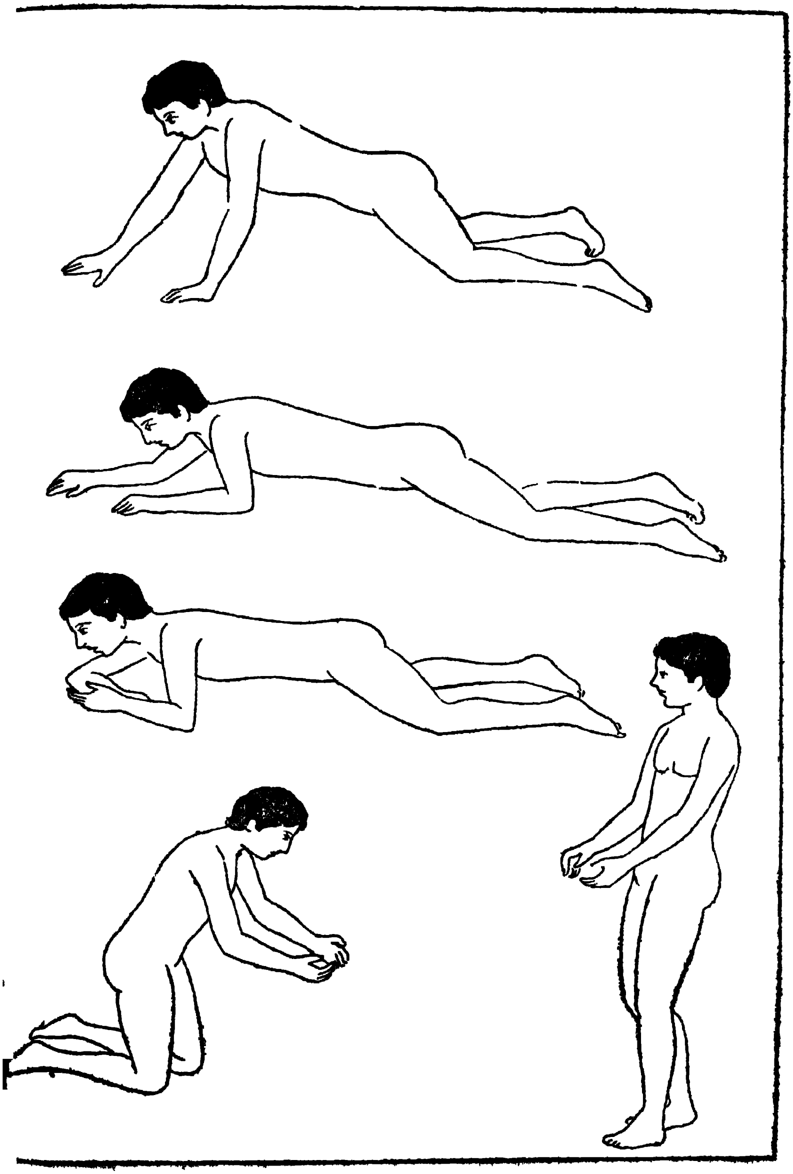
স্ত্রীকে কোমর ঘুরাইয়া অঙ্গ সংকোচন প্রসারণ করিয়া সকর্মক হইতে দেওয়া যায় এ-রকম আসন ভাল।

বহু পাঠক-পাঠিকা চিত্রের সাহায্যে আসনের বর্ণনা দিলে আরও ভাল হইত বলিয়া অনুযোগ, অনুরোধ করিয়াছেন। কথাটাও সত্য। মিলিত অবস্থায় চিত্র শালীনতা বিরুদ্ধ বলিয়া বিবেচিত হয়, তাই গোপনে ঐ ধরনের অশ্লীল চিত্রাদি অধিক মূল্যে বিক্রয় হইয়া থাকে।

আমেরিকার সাম্প্রতিক একটি জনপ্রিয় মূল্যবান বইতে নারী-পুরুষের ভিন্ন ভিন্ন অবস্থান সুরুচি সম্মত, অথচ সুস্পষ্ট রেখা চিত্রে প্রকাশ করা হইয়াছে; উহারই অবলম্বনে এখানে রেখাচিত্র দেওয়া হইল।

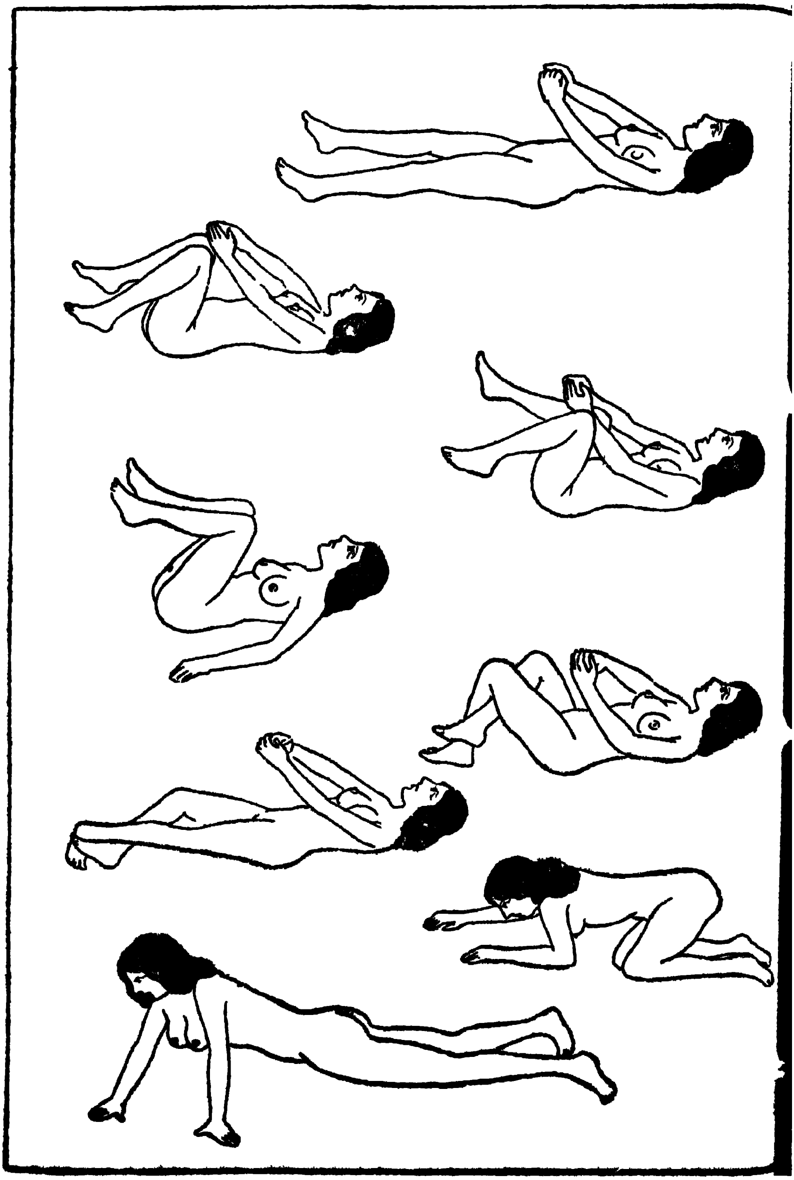
* আমার ইংরেজি পুস্তক Happy Marriage-এ আসন সম্পর্কে আরও বিস্তৃত আলোচনা করা হইয়াছে।

ভ্রূণের বিভিন্নভাবে অবস্থান



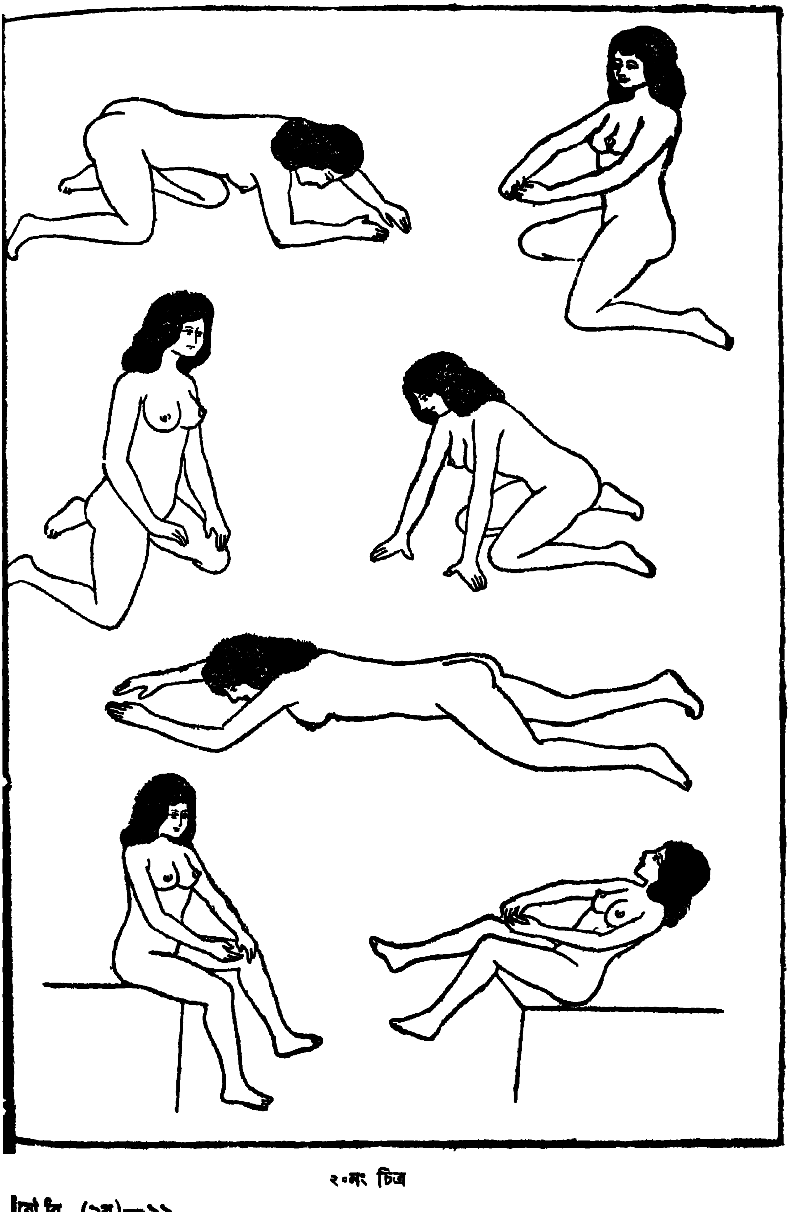
১৮ নং চিত্র

স্ত্রীর বিভিন্নভাবে অবস্থান



১৯ নং চিত্র

স্ত্রীর বিভিন্নভাবে অবস্থান



২০নং চিত্র

॥ এগার ॥

দাম্পত্য মিলনের প্রধান প্রধান সমস্যা
নারীর তৃপ্তিলাভ

পুরুষের সমস্যা—নারীর বাসনার পরিচিতি

নারী স্বভাবসুলভ লজ্জাশীলতা এবং সংস্কারমূলক শিক্ষার দরুন নিজের বাসনার কথা মুখে প্রকাশ করে না। এমনকি দাম্পত্যবিহারে অভ্যস্ত হইবার পরেও নারীদের এই কুণ্ঠাবোধ কাটে না। অথচ উহাদের যৌনবোধের জোয়ার-ভাটা যে আছে, তাহা সত্য।

সহৃদয় স্বাধীন পক্ষে ইহা একটি বিড়ম্বনা।

অবশ্য বিবাহের পর প্রথম প্রথম অনেক ক্ষেত্রেই স্বামী স্ত্রীর চাহিদার অপেক্ষা না করিয়াই বরং উহার চেয়ে বহু গুণ বেশী মিলনে মাতিয়া উঠে। নারীর তখন এইরূপ প্রাত্যহিক এবং পৌনঃপুনিক বিহার অত্যাচার বলিয়াই মনে হওয়ার কথা। কারণ, প্রাথমিক জড়তা কাটাইয়া মিলনের পূর্ণ আনন্দ উপভোগ করিবার মত অবস্থায় আসিতে তাহার আরও সময়ের দরকার।

মিলনের অভ্যস্ত হইবার কিছুদিন পরে সে উহাতে আনন্দ উপভোগ করিতে এবং কামজোয়ারের সময়ে উহার প্রত্যাশাও সে মনে মনে করিয়া থাকে। অথচ ন্যায্য প্রাপ্য চাহিদা লইবার মত সৎসাহস ও সারল্য অনেক নারীই অর্জন করে না।

অনেক ক্ষেত্রে স্বামীর ততদিনে প্রাত্যহিক চালাইবার মত শক্তি ও ইচ্ছা লোপ পায়। তাহার বিরাম ও বিরতির দরকার হয়। ফলে অবস্থা দাঁড়ায় এই যে, হয় স্বামী নিজের বাসনা চরিতার্থ করিয়াই চলে, স্ত্রীর চাহিদা মিটে ভাল—না মিটে সে নিরুপায়। পক্ষান্তরে, অনেক সময়ে 'বুঝি স্ত্রীর ইচ্ছা আছে কিন্তু প্রকাশ করিতেছে না' এই ধারণায় স্বামীর ততটা বাসনা না জাগিলে বা ইচ্ছা না থাকিলেও সে বিহারে রত হয়। স্ত্রীকে অতৃপ্ত রাখার ভয়ে সে অনেক সময়ে অনাবশ্যক কষ্ট স্বীকার করে।

নারীর কামেচ্ছার লক্ষণসমূহ

নারীর কামেচ্ছার লক্ষণ নির্দেশ করিবার চেষ্টা যৌনতাত্ত্বিকেরা পূর্ব হইতেই করিয়া আসিতেছেন। বাৎস্যায়ন, কল্যাণমল্ল প্রমুখ পণ্ডিত হইতে আরম্ভ করিয়া আজ পর্যন্ত যৌনবিজ্ঞানীরা নিম্নলিখিত লক্ষণগুলির কথা উল্লেখ করিয়াছেন।

নারীর কামেচ্ছা হইলে সে প্রেম বা কাম সম্পর্কীয় কথা তোলে, স্বামীকে আদর করে ও আহ্লাদ প্রদর্শন করে; স্বামী তাহার শরীরের কোনও অংশ অনাবৃত করিতে চাহিলে তাহা সহজে করিতে দেয়; নিজের শরীরের গোপনীয় অংশ অনাবৃত করিয়া দেয়

দৈবাৎ ঐরূপ হইল এরূপ ভান করে। বক্ষের দিকে নজর পড়িলে উহা লুকায় কিন্তু কামেচ্ছা প্রবল হইলে লুকাইতে চেষ্টা নাও করিতে পারে। তাহার মুখমণ্ডলে লজ্জার ভাব দেখায় এবং স্বামীর দিকে পুরোপুরি তাকায় না। দাঁড়াইয়া পায়ের বৃদ্ধাঙ্গুলি দ্বারা মেঝে খুঁটিতে থাকে; তাহার দিকে তাকাইলে হাসে; বক্র চাহনিতে চাহে; অকারণে হাসিয়া উঠে এবং বিছানায় লম্বা হইয়া শুইয়া পড়ে।

প্রবল বাসনা হইলে তাহার ওষ্ঠ দৃঢ় হয় এবং মুখ আধাআধি খুলিয়া থাকে। ওষ্ঠ কাঁপিতে থাকে এবং লাল হইয়া উঠে। তাহার চোখ বুজিয়া আসে এবং শ্বাস-প্রশ্বাস দ্রুত হয়। তাহার গতিবিধি খানিকটা অসতর্ক হইয়া আসে। সুখের আবেশে শরীর অবশ হয় ও হাই উঠে এবং ঘুম আসে। সাধারণভাবে অস্থিরতা, উত্তেজনা এবং অস্বস্তি দেখা দেয় এবং সে অসংলগ্ন কথা বলে। সে যেন নিজেকে সামলাইয়া উঠিতে পারে না।

কামেচ্ছা প্রবল হইতে থাকিলে তাহার উরুদেশ, নিতম্ব এবং যোনিপ্রদেশে রক্তের চাপ আসে, গুহ্যদ্বারের পার্শ্ববর্তী জায়গাও রক্তে পরিপূর্ণ হয়। তাহার স্তন ও স্ত্রী-অঙ্গ গরম ও স্ফীত হয়। স্তনের বোঁটা শক্ত ও উঁচু হয়। বোঁটার চতুষ্পার্শ্বের ত্বক টনটনে হয়, এবং ঐ ত্বকের সীমানায় যে ফুস্কুড়ির মত ফলিকল আছে তাহা ঈষৎ উত্থিত হয়। রমণ পথ হইতে রস বাহির হইতে থাকে। ভগাঙ্কুর ঈষৎ কঠিন ও উঁচু হইয়া উঠে।

অপরপক্ষে নারীর **অনিচ্ছা থাকিলে** সে তাহা দৃঢ়তার সঙ্গেই প্রকাশ করে, গালি দেয়, রাগারাগি করে, হস্তপদাদি দ্বারা স্বামীকে বাধা দেয়।

সময় ও সংকেত পালন

এই সকল লক্ষণাদির সাহায্যে সহৃদয় স্বামী কিছুদিনের ব্যবহারে স্ত্রীর প্রকৃত মনোভাব ধরিয়া ফেলিতে সক্ষম হয়।

(১) স্ত্রীকে বুঝাইয়া সঙ্কোচ ভাঙাইয়া ইচ্ছা-অনিচ্ছা নির্দেশ করিতে রাজী করানোই উচিত। স্বামী স্ত্রীর মধ্যে নিতান্ত ন্যায্য দাম্পত্য ব্যবহার সম্পর্কে খোলাখুলি আলাপ হওয়া উচিত।

(২) ঋতুস্রাবের পূর্বে ও পরে* সাময়িক বিরহ, উহা হইবার প্রাক্কালে, পুনঃ-মিলনের পরে, দুই ঋতুস্রাবের মাঝখানে, স্ত্রীর উত্তেজক ছায়াচিত্রাদি দর্শন বা নাটক-নভেল পড়িবার পরে স্বামীর সাধারণত মিলিত হওয়াই উচিত।

(৩) স্ত্রীকে মুখ দিয়া ইচ্ছা প্রকাশে রাজী করাইতে পারিলে, পরোক্ষে জানাইবার ইঙ্গিত শিক্ষা দিতে হইবে। বিছানার বালিশ পায়ের কাছে রাখা, স্বামীর গলা ধরা, চুল

---

* নারীর কামেচ্ছার জোয়ার-ভাটা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে বিস্তৃতভাবে আলোচিত হইয়াছে।

টানা, কোনও বিশেষ স্থানে চুম্বন স্পর্শন ইত্যাদি সঙ্কেত হইতেই স্বামী বুঝিতে পারিবে। এইরূপ বোঝাপড়া অনায়াসে করিয়া রাখা যায় ও রাখা উচিত।

পুরুষের প্রতিবারেই চরমপুলক লাভ হওয়া সাধারণ ব্যাপার। কারণ সে সকর্মক; নিজের তৃপ্তি না হওয়া পর্যন্ত সকর্মকতা সেই বজায় রাখে।

দুই-চারিজন নারীও খুব কম সময়ের মধ্যে চরমপুলকলাভ করে - কেহ কেহ বিহারে সকর্মক অংশ গ্রহণ করে বলিয়া, কেহ কেহ তীব্র বাসনার দরুন উহাতে সম্পূর্ণ আনন্দ পায় বলিয়া।

প্রণয়, প্রীতি হইয়া গেলে এবং নারী প্রেমিকের স্পর্শ কামনা করিতে থাকিলে পূর্ব। উত্তেজনাহেতু দেহ-সংসর্গে শীঘ্র শীঘ্র চরমপুলকলাভ হওয়া বিচিত্র নহে। এ ক্ষেত্রে নারী পূর্ব হইতেই উন্মুখ থাকে।

বিলাতে প্রবাসকালে আমার এক বন্ধু একজন ইংরেজ যুবতীর (ছাত্রী) সংসর্গ লাভ করেন। এই যুবতীটি খুব অল্প সময়ে এবং এমনকি একই সংসর্গে পর পর একাধিকবার চরমপুলকলাভ করিত। বোধহয় নারী পক্ষই এই ক্ষেত্রে বেশী উন্মুখ ও সকর্মক হওয়ায় এইরূপ ঘটিত।

নারীরা, এমনকি বিবাহিতা নারীরাও, যে ক্ষেত্রে স্বনির্বাচিত প্রেমপাত্র উপপতিকে দেহ দান করে সে ক্ষেত্রেও এরূপ হইবার কথা।

কতক ক্ষেত্রে পুরুষ সংসর্গে ভয় ও সংকোচভাব কাটিয়া গেলে এবং রতিপ্রিয়া নারী সম্যক আনন্দ লাভ করিতে থাকিলেও এইরূপ হয়।

একজন শিক্ষিত যুবক একটি শিক্ষিতা যুবতীকে বিবাহ করেন। তাঁহার স্ত্রী শিক্ষিতা হওয়া সত্ত্বেও দেহধর্ম সম্বন্ধে কিছুই জানিতেন না। এমনকি প্রথম প্রথম আঙ্গিক মিলন যে সম্ভবপর, ইহাও বিশ্বাস করিতেন না। অথচ তাঁহার স্পর্শবাসনা সুতীব্র ছিল। সামান্য স্পর্শসহযোগে উত্তেজিত হইয়া পড়িতেন। দাম্পত্যবিহার সম্বন্ধে ভুল ও ভয় ভাঙিলে তিনি মিলনে সম্যক আনন্দ পাইতেন এবং সামান্য শৃঙ্গারে দেহদানে প্রস্তুত হইয়া পড়িতেন। স্বামী ৪/৫ মিনিটে শেষ করিলেও তিনি প্রায় প্রতিবারে চরমপুলকলাভ করিতেন এবং উহা করিবার জন্য মাঝে মাঝে আসন পরিবর্তন করিয়া (বিপরীত অবস্থান) সকর্মক অংশগ্রহণ করিতেন। দুঃখের বিষয়, এক সন্তান হইবার পর গর্ভনিবারণ করিবার উদ্দেশ্যে ইনি বিজ্ঞাপিত ঔষধাদি সেবন করিয়া উক্ত অনুভূতি হারাইয়া বসেন (বিজ্ঞাপিত ঐরূপ ভুয়া ঔষধ সেবন সম্বন্ধে পাঠক-পাঠিকাকে সতর্ক করা হইতেছে)।

চরমপুলকলাভ প্রতিবারেই কাম্য হইলেও এইরূপ কতক কতক বিরল ক্ষেত্রে ছাড়া নারীর পক্ষে উহা প্রায়ই হইয়া উঠে না।

ইহার প্রধান কারণসমূহ ঃ

(ক) **শারীরিক ঃ—**

(১) সঙ্গমকালে বেদনা বোধ।

(২) ভগাংকুর অতি ক্ষুদ্র অথবা যথাস্থানে না থাকা।

(৩) ভগাংকুরের অগ্রচ্ছদা জুড়িয়া (adherent) থাকা।

(৪) সহবাসের উপক্রমে যোনিমুখের বেদনাপূর্ণ আক্ষেপ (Vaginismus) যাহার ফলে উহা প্রায় বন্ধ হইয়া যায় এবং বলপূর্বক সঙ্গমে অত্যন্ত কষ্ট ও রক্তপাত হয়। বিবাহের পূর্বে অত্যধিক কামক্রীড়া প্রভৃতির ফলেও হয়।

(৫) স্বামীর অঙ্গের স্থূলত্ব ও দৈর্ঘ্যের তুলনায় রমণপথ অত্যধিক প্রশস্ত ও গভীর, অথবা সংকীর্ণ ও হ্রস্ব হওয়া।

(৬) জননেন্দ্রিয় আর কোনও অংশ অস্বাভাবিক হওয়া ; যথা—ভগাংকুরের প্রদাহ, বিশেষত উহার অগ্রচ্ছদার নীচে। মাসিক একেবারে বন্ধ হইয়া যাইবার পর যখন বাহ্য জননেন্দ্রিয় শুকাইয়া ক্ষুদ্র হইয়া যায়, তখন আত্মরতি* ফলেও এরূপ হইতে পারে।

(৭) কোনও কারণে কাম কমিয়া যাওয়া, যথা—(ক) ডিম্বাশয় হইতে ঈস্ট্রিন (Oestrin) হরমোন উপযুক্ত পরিমাণে বাহির না হওয়া, (খ) অস্বাস্থ্য, (গ) অতিরিক্ত পরিশ্রম, (ঘ) দুশ্চিন্তা, (ঙ) স্বামীর নিকট আর তাহার রূপ আকর্ষণীয় বোধ না হওয়া, (চ) স্বামী-স্ত্রীর পক্ষে আকর্ষণীয় বোধ না হওয়া ; কোনও কারণে উভয়ের মধ্যে অবনিবনা ও হওয়া ইত্যাদি।

(৮) কোনও প্রকার পুরাতন ব্যাধি।

(৯) কোনও প্রকার দৌর্বল্যকারী রোগ, যথা—রক্তহীনতা।

(১০) কোনও প্রকার দৌর্বল্যকারী রোগের ফলে প্রায় স্থায়ী শারীরিক বা মানসিক অবসাদ।

ডাঃ হ্যামিলটন একশত জন স্ত্রীকে তাঁহাদের যৌনজীবন সম্বন্ধে নানা প্রশ্ন করিয়া তাহার ফলাফল স্বরূপ তাঁহার A Research in Marriage পুস্তকে নানা তথ্য পরিবেশন করিয়াছেন। তিনি বলেন যে, শতকরা প্রায় ৪৬ জন নারীর চরমপুলকলাভ **হয়ই না**, কিংবা **কদাচিৎ হয়**। ঐ ৪৬ জনের ঃ

(ক) শারীরিক গঠনে উপরোক্ত কোনও প্রকার ত্রুটি ছিল।

(খ) উহাদের মধ্যে বিংশতিজন বিশেষরূপে মানসিক ও শারীরিক বিকারগ্রস্ত (seriously neurotic) ছিলেন। কিন্তু চরমপুলক লাভ না হওয়া কারণ না হইয়া বরং তাহার ফল হওয়াই সম্ভব।

(১১) সন্তানলাভে ঘোর অনিচ্ছা সত্ত্বেও গর্ভবতী হইয়া পড়া ; এবং এইজন্য সহবাস খারাপ লাগা।

(১২) অনুপযুক্ত মাপের ডায়াফ্রাম (ডাচ্ পেসারী) ব্যবহার করা।

(১৩) জরায়ুকে কোন রোগের জন্য উহা অস্ত্রোপচারে কাটিয়া বাহির করিয়া ফেলা (Hysterectomy)।

(১৪) মাসিক একেবারে বন্ধ হইবার পর।

(১৫) নারীর কামকেন্দ্রগুলি শরীরের নানা স্থানে থাকা (ইহা যে চরমপুলক প্রাপ্তির বিলম্বের কারণ তাহা প্রমাণিত হয় নাই)।

(১৬) সুরতে নারী নিষ্ক্রিয় ও স্থির থাকা।

(খ) **মানসিক ঃ**

(১) নিজের চরমতৃপ্তি না হইলে গর্ভ হইতে পারে না এই ভ্রান্ত ধারণা থাকায় এবং সন্তান জন্ম অপছন্দ করায়, মিলন সময়ে সহযোগিতা না করা।

(২) স্বামীর প্রতি মনে মনে অভিযোগ বা আক্রোশ পোষণ করার ফলে সহবাসে আনন্দ অনুভব না করা, অথবা উহা উপভোগ না করার ভান করা।

(৩) স্বামীর প্রতি ভালবাসা না থাকা।

বিবাহে যাহারা সুখী তাহাদের চরমপুলকলাভের সম্ভাবনা সমধিক। হ্যামিলটনের গবেষণা ক্ষেত্রে যে ১৫ জন নারীর আদালতের সাহায্যে তালাক হইয়াছিল, অথবা যাহারা স্বামী হইতে স্বতন্ত্র হইয়া বাস করিতেছিল, তাহাদের মধ্যে শতকরা ৭৫ ভাগ বিবাহের প্রথম বৎসরে চরমপুলকলাভ করেন নাই এবং অর্ধেকের কিছু অধিক কখনই করেন নাই।

স্বামীর প্রতি ভালবাসা	শতকরা কতজন চরমপুলকলাভ করিতেন
ছিল	৬৮
ছিল না	৫৩

(৪) চেতন বা অবচেতন মনে কোনও আত্মীয় বা বন্ধুকে ভালবাসা।

(৫) কোনও শোক, দুঃখ, ভয়, দুশ্চিন্তা বা অপরাধ বোধ থাকা।

(৬) এই দৃঢ় বিশ্বাস থাকা যে, শিক্ষিতা, ভদ্র এবং মার্জিত রুচি সম্পন্ন নারীদের কাম থাকে না, অথবা থাকা উচিত নয়। এই ভ্রান্ত ধারণার উৎপত্তির কারণ সাধারণত এই যে, বালিকা ও কিশোরী বয়সে, বয়স্ক আত্মীয়া ও প্রতিবেশিনীগণ অথবা কামশীতল ও রতিজড়, অত্যন্ত ধর্মবতী বা ধর্ম ও নীতির অত্যুচ্চ আদর্শের ভানকারী নারীগণ, কিংবা বিবাহের পর, প্রায় পুরুষহীন বা অতি মৃদুকাম সম্পন্ন বা অতিরিক্ত গোঁড়া সেকেলে ও ধর্মনিষ্ঠাবান স্বামীই এইরূপ শিক্ষা দিয়াছেন।

অথবা বাল্যকালে পিতামাতা প্রভৃতি কোন গুরুজনকে স্বাভাবিক কৌতূহলবশত কোনও যৌন-ব্যাপার সম্বন্ধে প্রশ্ন করিয়া ভর্ৎসনা ও তাড়না লাভ করা।

পিতামাতাকে যৌন ব্যাপার সম্বন্ধে প্রশ্ন করিয়াছেন :

কত বালিকা	ফলে কিরূপ ব্যবহার পাইলেন	ইহাদের মধ্যে চরম পুলক লাভ করিতেছে কত জন	শতকরা
১৫	উৎসাহ	১১	৭৩
৯	উৎসাহ নয় ভর্ৎসনাও নয়	৫	৫৬
৪১	তাড়নার ভয়ে প্রশ্নই করে নাই	২২	৪৪
১৬	ভর্ৎসিত হইয়াছিল	৮	৫০
১৯	বিব্রত ভাব, প্রশ্ন এড়াইয়া যাওয়া, মিথ্যা কথন, কঠোর ভাবে চুপ করিয়া থাকা, অথবা ভাসা ভাসা জ্ঞান দেওয়া	৮	৪২

অতএব দেখা যায় যে, মেয়েদের যৌনজ্ঞান দেওয়া সম্বন্ধে পিতামাতার অসম্মতি ও বিরুদ্ধ ভাবের ফলে বহু ক্ষেত্রে তাহারা দাম্পত্যজীবনে চরমপুলক লাভ করে না।

হ্যামিলটনের মতে যৌন কামনা ও আচরণকে মন্দ মনে করা বিবাহিত জীবনে চরম-তৃপ্তি লাভের বিশেষ অন্তরায় নহে, কারণ এই প্রকার মতাবলম্বিনী যে ১৮ জন বিবাহের প্রথম বৎসর ইহা লাভ করেন নাই তাঁহারাও পরে করেন, কিন্তু যে স্ত্রীরা পরপুরুষের সঙ্গ করা অন্যায় মনে করিতেন না তাঁহাদের মধ্যে অল্পরাই লাভ করেন।

(৭) নানাকারণে গর্ভভয়, যথা—(ক) শিশু সন্তানের জন্য ঘরের বাহিরে অনেক আমোদ-প্রমোদে বঞ্চিত থাকিতে হইবে। (খ) প্রসব-বেদনা ভোগের ভয়। (গ) গর্ভধারণ, প্রসব ও সন্তানকে স্তন্যপান করাইবার ফলে বক্ষ সৌন্দর্য ও দেহ সুষমা নষ্ট হইবে। (ঘ) দারিদ্র্য, অস্বাস্থ্য প্রভৃতি।

(৮) কোনও যৌন-ব্যাপার সম্বন্ধে শুনিয়া, দেখিয়া অথবা নিজেরই তিক্ত ও কটু অভিজ্ঞতা হওয়াতে অত্যন্ত আতঙ্কিত হওয়া ও মানসিক আঘাত পাইবার ফলে সমস্ত প্রকারের প্রেমক্রীড়া ও যৌন সম্পর্কের প্রতি দৃঢ়মূল ভয় ও ঘৃণা জন্মিয়া যাওয়া।

(৯) পুরুষালি মেজাজ ও ধরন-ধারণ।

(১০) বিবাহের পর প্রথম সাক্ষাতের ('ফুলশয্যা'র) রাত্রে অবিবেচক, নির্বোধ, স্বার্থপর ও পশুবৎ স্বামীর শয়নের অল্প পরেই বলপূর্বক দেহ মিলন সমাধা করার ফলে বহুদিবস, মাস ও বৎসর পর্যন্ত সঙ্গমের সম্বন্ধে অত্যন্ত আতঙ্ক ও ঘৃণা জন্মিয়া থাকে। (স্বামীর এই সময়ে যথা কর্তব্য সম্বন্ধে 'মিলনে বিধি ব্যবস্থা' অধ্যায়ের 'প্রথম প্রথম মিলন' অনুচ্ছেদে দেওয়া হইয়াছে)।

এই বিষয়ে ডাঃ হ্যামিলটন কর্তৃক সংগৃহীত সংখ্যা তালিকা এইরূপ ঃ

প্রথম রাত্রির মনোভাব ১০০ জনের মধ্যে	কতজনের	তাহাদের মধ্যে বর্তমানে চরমতৃপ্তি লাভ হইতেছে	
		কতজন	শতকরা
প্রথম সহবাসে ভয়	১৭	১২	৭১
ভয়, ঘৃণা বা মানসিক বিপর্যয়	৩৪	১৫	৭
অবাক হওয়া	১৪	৮	৫৭
কিছু মন্দ মনে হয় নাই	৫৭	২৮	৪৯
অত্যন্ত ব্যথা বোধ হইয়াছিল	১৭	৯	৫৩

ইহা হইতে তিনি মনে করেন যে, ফুলশয্যার অভিজ্ঞতা অপ্রিয় হওয়া পরবর্তী জীবনে চরমপুলকলাভে অক্ষমতার কারণ নয়।

(১১) (ক) উপরোক্ত কোন কারণে ভয় বা আতঙ্কের জন্য, অথবা (খ) বিবাহের পূর্বে অপর পুরুষ সংসর্গ হওয়ার ফলে, নিজেকে অপরাধী ও স্বামীর অযোগ্য মনে করায়, স্বামী সম্ভোগের চেষ্টা করিলে সম্মুখের দ্বারের খেঁচুনি বা আক্ষেপ হইয়া উহা প্রায় বন্ধ হইয়া যাওয়া (vaginismus)।

(১২) অতিরিক্ত কড়া শাসনের মধ্যে লালিত-পালিত হওয়া।

(১৩) চরিত্রহীন ও অত্যাচারী পুরুষদিগের দাম্পত্যপ্রেমে বঞ্চিতা, পুরুষ দ্বারা প্রবঞ্চিতা, এবং কামশীতল ও রতিজড় নারীদের নিকট বারবার এই কথা শোনা যায় যে, সমস্ত পুরুষ জাতিই কপট, শঠ এবং প্রবঞ্চক, কেবল মাত্র দেহভোগবাদী, নিষ্ঠুর, ঘোর কামুক, চরিত্রহীন ইত্যাদি।

(গ) কোনও দৃঢ়মূল অভ্যাসবশত, যথা ঃ

(১) অত্যধিক লিখন-পঠন, অথবা শারীরিক পরিশ্রমের কাজ করা যাহার ফলে শরীর এবং মন অত্যন্ত ক্লান্ত হইয়া থাকে।

(২) বিবাহের পূর্বে বহুদিন যাবৎ ভগাঙ্কুর, তাহার ঠিক নীচের স্থান এবং ক্ষুদ্রোষ্ঠ যুগলকে অঙ্গুলি প্রভৃতি দ্বারা ঘর্ষণে পুলক ও তৃপ্তিলাভের অভ্যাস থাকায় স্বামী সহবাসের সময় তাহার শিশ্নাগ্র, তাহার মূল, বস্তিপ্রদেশ, অথবা অঙ্গুলি দ্বারা ঐগুলি ঘর্ষিত না হওয়ায় সুরতে বিস্বাদ লাগা। কারণ, সে সময়ে, নিজে প্রায় অকর্মক থাকায়, স্বামীর অঙ্গ-সঞ্চালনে স্বীয় হস্তের মত দ্রুত, ক্রমাগত ও অবিচ্ছিন্ন ছন্দ এবং ঐ স্থানগুলিতে ততটা চাপ ও ঘর্ষণ পাওয়া যায় না। ইহা ব্যতীত, ঐভাবে স্বমেহন করার সময়ে যেরূপ পুরুষের মূর্তি কল্পনা চক্ষে থাকিত, তাহার তুলনায় স্বামী হয়ত অসুন্দর।

(৩) বিবাহের পূর্বে বহুদিন যাবৎ এবং সম্ভবত বিবাহের পরেও অপর কোন নারীর সহিত নানাভাবে পরস্পরের দেহ উপভোগে লিপ্ত থাকা (সমকামিতা)।

(৪) কোনও অসাধারণভাবে যৌনানন্দ উপভোগ করা, যেগুলি সাধারণত অন্যায়-ভাবে, 'যৌন-বৈচিত্র্য' (Sexual diviations) না বলিয়া 'যৌনবিকৃতি' (Sexual Perversions) বলা হয়।

(৫) কোনও প্রকার নেশায় অত্যধিক আসক্তি, যথা : তাম্রকূট পত্র চর্বণ, সুর্তি, জরদা, বিড়ি, সিগারেট, মদ্য, কোকেন, মর্ফিয়া প্রভৃতি নেশা।

(ঘ) **স্বামীর দোষে :**

(১) অত্যধিক লজ্জা, অপটুতা এবং জোর-জুলুম।

(২) ফুলশয্যার রাত্রির সুরতকলায় অনভিজ্ঞতা, আনাড়ীর মত কাজ করা, অবিবেচনা অথবা অত্যাচার।

(৩) কামকলায় অজ্ঞতা এবং স্বার্থপরতা প্রভৃতি।

ডাঃ হ্যামিলটনের গবেষণায় ৫৫টি দম্পতির মধ্যে :

বিবাহের কত পরে চরমপুলকলাভ করেন	**কতজন নারী**	**ইহাদের মধ্যে শতকরা কতজনের সুরতে অভিজ্ঞ পুরুষের সহিত বিবাহ হইয়াছিল**	**অনভিজ্ঞের সহিত বিবাহ হইয়াছিল**
প্রথম বৎসরেই	২১	৫২	৪৮
পরে	৬	৩৪	৭৬
কখনও করেন নাই	২৮	২৯	৭১

দেখা যাইতেছে যে, যে পুরুষেরা বিবাহের পূর্বে কামকলা সম্বন্ধে অনভিজ্ঞ থাকেন তাঁহাদের স্ত্রীরা সহজে চরমপুলকলাভ করেন না।

(৪) মিলনের পূর্বে স্ত্রীকে যথোচিত আদর সোহাগ প্রভৃতি প্রেমক্রীড়া, তাঁহার দেহের নানা কামাঞ্চলে যথোচিত নানাপ্রকার শৃঙ্গার এবং উত্তেজক গল্প-গুজব করিয়া তাঁহাকে প্রস্তুত এবং উন্মুখ করিয়া না লওয়া এবং এইজন্য তাঁহার গোপনাঙ্গস্থিত দুই জোড়া গ্রন্থি হইতে সঙ্গমকে সুগম করিবার জন্য রসক্ষরণ না হওয়ায় বিহারের সময় তাঁহার বেদনা বোধ হওয়া।

(৫) স্বামীর শরীর, মেজাজ, অথবা ব্যবহারের কোনও দোষ-ত্রুটি ; যথা—কুক্ষি, চরণ প্রভৃতির দুর্গন্ধ, দাঁতে পূঁজ (পাইওরিয়া-pyorrhoea) থাকা অথবা খাদ্যদ্রব্য জীর্ণ না হওয়ায় মুখে দুর্গন্ধ এবং বায়ুত্যাগ, মুখে বিড়ি, সিগারেট, তামাক, তাড়ি অথবা মদ্যের দুর্গন্ধ, পিঠে কুঁজ, পায়ে গোদ, কুৎসিত আনন, স্থূল গ্রাম্য ধরনের

কথাবার্তা, প্রবঞ্চনা, অশ্লীলতা, রূঢ়তা সামান্য সামান্য দোষত্রুটির জন্য অধিক ভর্ৎসনা ও তাড়না, নিষ্ঠুরতা, তাঁহাকে ও তাঁহার আত্মীয়দের গালি দেওয়া, প্রহারাদি করা প্রভৃতি।

(৬) স্ত্রীর অপছন্দ মত (ক) কোনও গর্ভনিবারক যন্ত্র বা ঔষধ ব্যবহার অথবা (খ) আসন অবলম্বন।

(৭) উপযুক্ত আসন অবলম্বন না করা এবং উপযুক্ত প্রণালী অবলম্বিত না হওয়ায়, পুরুষাঙ্গ দ্বারা ভগাঙ্কুর, তাহার দুই পার্শ্বের ক্ষুদ্রোষ্ঠ এবং তাহার নিম্নস্থ ভেস্টিবিউল স্পর্শিত ও ঘর্ষিত না হওয়া।

(৮) স্ত্রীর কামের ভাটার সময়ে বিহার করা।

(৯) পরনারীর প্রতি বিশেষ আগ্রহের (ছোঁক্ ছোঁক্) ভাব, তাহাদের ভালবাসা ও তাহাদের সহিত ঘনিষ্ঠ সম্পর্ক স্থাপনে সদাই অগ্রসর, তাহাদের সহিত নানা আমোদ-প্রমোদ, প্রেম এবং ব্যভিচার।

(১০) সমকামিতা, পশুগমন, গণিকাগমন প্রভৃতি নিন্দনীয় কর্ম।

(১১) ধ্বজভঙ্গ বা পুরুষত্বহীনতা (অর্থাৎ অঙ্গের উত্থান এবং দৃঢ়তা উত্তমরূপে না হওয়া)।

(১২) দ্রুত স্খলন (প্রবেশের পূর্বেই অথবা ক্ষণপরেই শুক্রপাতের ফলে নারীর পক্ষে সহবাস বিস্বাদ ও বিরক্তিকর বোধ হওয়া)।

(১৩) স্ত্রীর পশ্চাৎ-দ্বারে রমণ।

(১৪) স্ত্রীর মন কোনও দুশ্চিন্তা, ভয়, শোক অথবা বিরক্তিতে অভিভূত থাকার সময়ে করা।

(১৫) গর্ভনিবারণের জন্য ডাচ্ (ডায়েফ্রাম) পেসারী ব্যবহার করিবার ফলে, তাহার কিনারার ইস্পাতের স্প্রিং ভরা আংটি যোনির উপর দিকের প্রাচীর কিঞ্চিৎ অধিক উচ্চ করিয়া রাখা। উক্ত পথের মধ্যে কেবলমাত্র উল্লিখিত প্রাচীরেই, মূত্রপথের সমান্তরালে অল্পসংখ্যক নারীর অল্প সুখানুভূতিবাহী স্নায়ুসমূহ থাকে। উক্ত কারণে এই স্নায়ুগুলি পুরুষাঙ্গের ঘর্ষণ নিতান্ত অল্পই পাওয়ায় আনন্দানুভূতি কমিয়া যাওয়া।

(১৬) রমণপথের তুলনায় উত্থিত পুরুষাঙ্গ অত্যধিক হ্রস্ব, ক্ষীণ অথবা দীর্ঘ হওয়া।

(১৭) স্ত্রীর দৃঢ় আপত্তি সত্ত্বেও তাহার অঙ্গে মুখ দেওয়া অথবা নিজের অঙ্গে তাহাকে মুখ দিতে বাধ্য করা।

নারীর চরমতৃপ্তি না হওয়ায় অনিষ্ট

(ক) **শারীরিক**—বারংবার বিহারে কতকটা উত্তেজিত অথচ অশান্ত স্নায়ুমণ্ডলীর জন্য বহুক্ষেত্রেই স্নায়বিক দুর্বলতা ও রোগ (neurasthenia), কামশীতলতা এবং

রতিজড়তা (frigidity), হিস্টিরিয়া, মাথাধরা, অনিদ্রা, অক্ষুধা ও অজীর্ণ এবং রুক্ষ প্রকৃতি হয়। অর্ধভুক্ত দরিদ্রের অল্পক্ষণ পরে আবার ক্ষুধাবোধ হওয়ার মত, মধ্যকামা নারীদেরও শীঘ্র শীঘ্র বার বার কামনা জাগ্রত হয়। ধারণাশক্তিহীন স্বামীরা এই জন্য ভ্রমবশত নিজদোষ স্ত্রীদিগের উপর আরোপ করিয়া তাহাদের তীব্রকামা মনে করে।

(খ) **মানসিক**—স্ত্রীকে উত্তেজিত করার পর তাহাকে তৃপ্ত ও শান্ত না করিলে বহুক্ষণ যাবৎ তাঁহার শিরঃপীড়া থাকে অথবা তাঁহার নিদ্রাকর্ষণ হয় না। তৃপ্ত স্বামীকে পার্শ্বে সুখে নিদ্রা যাইতে দেখিলে এবং তাঁহারই অজ্ঞতা, অপটুতা, অবিবেচনা অথবা অক্ষমতাই স্বীয় কষ্টের কারণ ইহা উপলব্ধি করিয়া, স্বভাবতই ক্রমশ তাহার উপর বিরক্তি, হিংসা, বিদ্বেষ এবং ঘৃণা জন্মায়। প্রায়ই এইরূপ হইতে থাকিলে দাম্পত্য প্রেমে ভাটা পড়ার খুবই সম্ভাবনা।

(গ) **স্বামীর**—(১) স্ত্রীকে আনন্দ দিতে পারিলে নিজেও যে আনন্দ পাওয়া যায় তাহা হইতে বঞ্চিত থাকা।

(২) স্ত্রীর আনুগত্য ও ভালবাসা হইতে বঞ্চিত হওয়া।

(৩) স্ত্রীর শীতলতা, সুতরাং আনন্দপূর্ণ সহযোগিতা হইতে বঞ্চিত হওয়ায়, নিজ পুলকের লাঘব হওয়াতে পরনারী অথবা গণিকাগমন, মদ্যপান এবং তাহার ফলে দাম্পত্য-কলহ, অশান্তি দুর্নাম, রতিজ রোগ, অর্থনাশ প্রভৃতি।

চরমপুলকলাভে সুফল

মনে প্রশান্তি আসে। ইহা সমস্ত স্নায়ু (বা নাড়ী) তন্ত্রকে আনন্দময় উত্তেজনা দান করে এবং তাহাদের উপর সাহায্যকারী এবং উপকারী তেজস্কর ঔষধির (টনিকের) ক্রিয়া করে। এই টনিকের ফলে শরীরের সমস্ত যন্ত্র, তন্ত্রও বিধান যেন আনন্দপূর্ণ হইয়া উঠে, এইজন্য ইহার পর স্ফূর্তিযুক্ত চাঞ্চল্যের প্রবৃত্তি হয়, যথা—হাস্য, নৃত্য, গীত, ধাবন, লম্ফন প্রভৃতি। সুতীব্র আনন্দে সম্ভোগ শেষ হওয়ার ফলে কামনা তৃপ্ত হয়, সুতরাং স্বভাবতই নারী অল্প সময়ের মধ্যে সাধারণত আবার সুরত অভিলাষী হয় না। এই শারীরিক স্বচ্ছন্দতা এবং মানসিক প্রশান্তির ফলে দাম্পত্যপ্রেম ঘনীভূত ও স্থায়ী হয়।

প্রতিকার

উপরে উল্লিখিত চরমপুলক না হইবার কারণাবলী পাঠ করিলে বুদ্ধিমান পাঠক প্রতিকারের বহু উপায়, সংকেত ও ইঙ্গিত পাইবেন, এবং যে কারণগুলি দূর করা, অথবা এড়াইয়া যাওয়া তাঁহার সাধ্যের মধ্যে সেই সমস্ত নিবারণে যত্নশীল হইবেন। যে সমস্ত উপায় সহজে অনুমান করা যায় না কেবলমাত্র সেইগুলি নীচে লেখা হইল ঃ

'স্বামীর দোষে' প্যারার ৭ নং কারণ—

উপযুক্ত আসন—(১) বিপরীত বিহার, (২) স্ত্রীর পশ্চাৎদিক হইতে—(ক) উভয়ে

একই কাতে শুইয়া, (খ) স্ত্রী জানু ও কনুই এ ভর দিয়া মস্তক নিম্নবর্তী করিয়া, উপুড় হইয়া এবং (গ) স্ত্রী হেঁট হইয়া কিছু ধরিয়া দাঁড়াইয়া।

উপযুক্ত প্রণালী—কেবলমাত্র ভিতরে সরলরেখায় অঙ্গ সঞ্চালন (thrusting movement) না করিয়া ভিতরেই রাখিয়া বস্তিদেশ আবর্তিত করিলে, অথবা উভয় পার্শ্বে সঞ্চালিত করিলে, শিশ্নমূল ও বস্তি প্রদেশের ভগাংকুর ও তাহার চতুষ্পার্শ্বের কামকেন্দ্রগুলি ঘর্ষিত হয়। এই প্রকার ক্রিয়ার অপর একটি বিশেষ সুবিধা এই যে, শুক্রস্খলনের সময় পর্যন্ত নারীর চরমপুলক না হইয়া থাকিলে অঙ্গ ক্রমশ নরম হইয়া আসায় তার অধিকক্ষণ সরলভাবে গমনাগমন সম্ভব হয় না, কিন্তু এই ক্রিয়া যতক্ষণ ইচ্ছা চলিতে পারে এবং তাহার ফলে নারীর চরমপুলক আসিতে পারে।

'শারীরিক' কারণ নং (১)—**সুরতে বেদনা বোধ**। ইহা বিভিন্ন কারণে হইতে পারে (১ম খণ্ড যৌনবিজ্ঞান দেখুন)।

সহবাসের উপক্রমে যোনিমুখের বেদনাপূর্ণ আক্ষেপকে Vaginismus বলে।

এই রোগের ফলে নবদম্পতি বিফলতা বোধ করে এবং নিরাশ হইয়া পড়ে। অঙ্গের গঠনে কোন ত্রুটি অথবা অন্য কোনও শারীরিক দোষ, যথা—কোষ্ঠে বদ্ধ মল অথবা মানসিক কারণে (যথা, স্বামী পছন্দ না হওয়া, নিজেকে অপরাধী ভাবা প্রভৃতি) বিরুদ্ধ ভাবের জন্য হয়।

স্ত্রীরোগ সম্বন্ধে পুস্তকাবলী সাধারণত ইহার প্রতিকারের জন্য মলম, সম্প্রসারণ করা (stretching), অস্ত্রোপচার প্রভৃতির ব্যবস্থা করে। কারণ বুঝিয়া প্রতিকার করিতে হইবে। মানসিক কারণে হইলে কি করিয়া প্রতিকার করা যাইতে পারে তাহার উদাহরণ একজন নববিবাহিত ডাক্তার যুবক লিখিয়া পাঠাইয়াছেন।

এই যুবকের যখন বিবাহ হয় তখন তাঁহার বয়স ২৪ বৎসর, স্ত্রীর বয়স ১৯। প্রণয় বিবাহ। বিবাহের দুই বৎসর পূর্ব হইতে প্রণয়লীলা চলিতেছিল। শেষ পর্যন্ত, বিবাহের ২/৩ মাস পূর্বে, একদিন যৌনমিলনের উপক্রম হয়। ডাক্তারটির নিজের কথায়ঃ "অনেক কষ্টে সেদিন তাকে রাজী করি। কিন্তু তাড়াহুড়োয় অঙ্গ-সংযোগ করতে গিয়ে ও অত্যন্ত ব্যথা পায় এবং রক্তস্রাব হতে থাকে। ও খুব ভয় পেয়ে যায়, আমিও অপ্রস্তুত হয়ে পড়ি। এর পর আর কোনও দিন, অনেক সুযোগ পাওয়া সত্ত্বেও আর ও চেষ্টা করিনি। বিয়ের পর ফুলশয্যার রাত্রে ওকে অনেক করে সাহস এবং অনেকক্ষণ ধরে ওকে প্রস্তুত করে খুব সাবধানে মিলনের চেষ্টা করলাম। কিন্তু কিছুতেই অঙ্গ সংযোগ করা সম্ভব হল না। যতবার চেষ্টা করি ততবারই ও খুব ব্যথা বোধ করে। সে রাত্রের মত চেষ্টা পরিত্যাগ করলাম। পরের রাত্রেও ঐ একই ব্যাপার হল। ও বলল যে, ওর শরীরে নিশ্চয়ই কোনও ত্রুটি আছে, তা না হলে কোনও মেয়ের ত এরকম হয় না, ওর কেন এরকম ব্যথা লাগছে। ওর কথায় একটু আশ্বস্ত হলাম এই ভেবে যে, যৌনমিলনে ওর অসম্মতি নেই এবং ওর

ব্যথা পরীক্ষা করলাম। দেখলাম যে সতীচ্ছদ বর্তমান নেই এবং যৌনঅঙ্গের পরিণতি ও রসরক্ষণ স্বাভাবিক। কিন্তু মিলনের উপক্রমেই ওর যোনিমুখ সঙ্কুচিত হয়ে গেল। তখন বুঝলাম বিয়ের আগে যে আঘাত পেয়েছিল তার ফলে ওর এই মানসিক অবস্থার সৃষ্টি হয়েছে। কয়েকদিন ধরে প্রতিকারের উপায় চিন্তা করলাম। শয্যাগ্রহণের পর ক'দিন নানাভাবে ওকে উত্তেজিত করে ওর অঙ্গে ও তার আশেপাশে আঙুল ও নিজের অঙ্গ বুলিয়ে ওকে চরমপুলকের স্তর পর্যন্ত নিয়ে যেতাম। এইভাবে ওকে চরমপুলক-লাভে এবং অঙ্গ স্পর্শে অভ্যস্ত করাতে থাকি। শয্যাগ্রহণের আগে আমি স্বয়ং মৈথুন করে নিতাম—উদ্দেশ্য ছিল, যাতে ওকে চরমপুলকলাভ করাতে গিয়ে আমার স্খলন হয়ে না যায়, তা হলে ওর ঘৃণার উদ্রেক হয়ে হয়ত অবস্থা আরও খারাপ হতে পারে। এছাড়া আমার উত্তেজনা-শক্তির জন্যও এটার প্রয়োজন ছিল, যাই হোক, এইভাবে ধৈর্য ধরে প্রায় ১ সপ্তাহ এরকম চালিয়ে যাই। চরমপুলকের পর পরই লক্ষ্য করতাম যে, ওর যোনিমুখ এই সময় খানিকটা খুলে যেত। ওর চরমপুলক হয়ে গেলেই আমার অনুরোধে ও মুখে সেটা আমাকে বলত। এইবার একদিন যেই ওর চরমপুলক হচ্ছে বলে ও আমাকে বলল আমি সঙ্গে সঙ্গে আংশিকভাবে অঙ্গ-সংযোগ করলাম। এত সহজে এটা হল যে, প্রথমটা ও বুঝতেই পারেনি। এই অবস্থায় কিছুক্ষণ নিষ্ক্রিয়ভাবে থেকে ধীরে ধীরে আর একটু প্রবেশ করালাম। ও সামান্য বেদনা পেল, তবে সেটা ওর নিজের কথায়ই, ধর্তব্যের মধ্যে নয়। সেদিন আর সম্পূর্ণ প্রবেশ করাবার চেষ্টা না করে আংশিক মিলিত অবস্থায় ধীরে ধীরে কিছুক্ষণ অঙ্গ চালনা করে ছেড়ে দিলাম। পরদিন কিছুক্ষণ শৃঙ্গার করে আঙ্গিক মিলন সম্পাদন করলাম, কোনই অসুবিধে হলনা, পূর্ণ প্রবেশ হল এবং পূর্ণ সংসর্গও হল। তবে সেদিন ওর চরমতৃপ্তির আগেই আমার চরমতৃপ্তি হয়ে যায়। এরপর ২/৩ দিনের মধ্যেই আমাদের যৌন মিলনে পুরোপুরি সামঞ্জস্য হয়ে গেল—আর একদিনও কোনরকম অসুবিধে হয়নি।"

এই উদাহরণ হইতে স্পষ্ট বুঝা যায় যে, ডাক্তারের স্ত্রী বিবাহ-পূর্ব মিলনে ভয় পাইয়া ঐ রকম অবস্থা প্রাপ্ত হন।

সহজ ও প্রত্যক্ষ ফলদায়ক চিকিৎসা—রোগিণীর নিতম্ব একটি বালুর ব্যাগের উপর রাখিয়া উঁচু করিয়া উক্ত স্থান ইথার (ether) দ্বারা পরিষ্কার করিয়া আইওডিন লাগাইতে হইবে। লোমগুলি মুণ্ডনের প্রয়োজন নাই। একটি অতি সূক্ষ্ম সুচের দ্বারা যোনি মুখের কিনারা হইতে তিন সেণ্টিমিটার দূরে ঘড়ির মুখের উপর চারিটা, ছয়টা এবং আটটা বাজিবার স্থানে ০৫ বা অর্ধ মিলিমিটার প্রোকেন ইন্‌জেক্‌শন দিয়া তিনটি চিহ্ন করিতে হইবে।

এই তিনটি চিহ্নের প্রত্যেকটির মধ্য দিয়া ৫ মিলিগ্রাম গরম প্রকটোকেন গভীরভাবে প্রবেশ করানো হয়। কয়েক মিনিট অপেক্ষা করার পর বেদনা না দিয়াই যোনির মধ্যে তিন আঙ্গুলি একত্র করিয়া কয়েকবার চালনা করা যাইতে পারে। প্রায় সকল ক্ষেত্রেই এই

চিকিৎসার ফল হয়। বিশেষ বিশেষ ক্ষেত্রে ভীতা ও উৎকণ্ঠিতা রোগিণীকে 0·৫ গ্রাম থিওপেনটোন (Thiopenton, 0·5) ইন্‌জেক্‌শন দ্বারা অজ্ঞান করা উচিত।

রোগিণী অথবা তাঁহার স্বামী চিকিৎসককে উপরোক্ত প্রণালীর কথা জানাইয়া (অথবা এই পুস্তকের এই স্থান দেখাইয়া), তাঁহার পরামর্শ লইতে পারেন, কারণ কোনও কোনও চিকিৎসকের ইহা না জানা সম্ভব।

'শারীরিক' কারণ নং (২)—**ভগাঙ্কুরের অবস্থান অধিক উচ্চে হওয়া।** তাহা হইলে কিছু পূর্বে যে **উপযুক্ত আসন ও প্রণালীর কথা বলা** হইয়াছে তাহাতেই উক্ত ত্রুটির প্রশমন হইবে।

'শারীরিক' কারণ নং (৩)—**ভগাঙ্কুর অস্বাভাবিক রূপ ক্ষুদ্র হওয়া।** উহার উপর কিছুদিন যাবৎ Testosterone ointment মালিশ* করিলে উহা বৃদ্ধি পাইবে এবং উত্তেজনাশীল হইবে।

'শারীরিক' কারণ নং (৪)—**ভগাঙ্কুর তাহার আচ্ছাদক চর্মে** (prepuce) **আটকাইয়া থাকা।** স্ত্রীরোগ চিকিৎসক যন্ত্র (blunt probe) দ্বারা তাহাকে মুক্ত করিয়া দিতে পারেন। সামান্যই বেদনা বোধ হয়। প'র, এক সপ্তাহ প্রাতে ও সন্ধ্যায় পেট্রোলিয়াম জেলী লাগাইয়া উক্ত অগ্রচ্ছদাকে পশ্চাতে টানিয়া রাখিতে হয়। তাহার পর স্নানের সময় ঐভাবে পিছনে টানিযা রাখি তে হয, তাহা হইলে আর যুক্ত হইয়া যায় না।

মানসিক কারণ নং (১), (৬), (৮), (১০) ও (১৩)।

(ক) স্বামী এবং আত্মীযারা প্রকৃত যৌনজ্ঞানের সৎ শিক্ষা দিবেন। এই বিষয়ে উত্তম উত্তম পুস্তক পাঠ করিতে উৎসাহিত করিবেন, এবং ভালবাসা ও সহানুভূতি দেখাইবেন। স্ত্রী নিজে বার বার এই কথা চিন্তা করিবেন যে, "স্বামীর সহিত দেহমিলন মন্দ, লজ্জার বিষয় বা পাপ নয়। ইহা করিলে, সৃষ্টিধারা বজায রাখা হয়। আমার পিতা-মাতা প্রভৃতি গুরুজন, সমস্ত মহাপুরুষ, সাধু, সন্ন্যাসী, ফকির, অবতার নবী ও সতী প্রভৃতি সকলেই ইহার ফলে জন্মিয়াছিলেন। মাতৃত্ব নারীর সর্বাপেক্ষা গৌরব এবং জীবন সার্থক সফল ও সুন্দর করিবার উপায়।"

পুরুষদিগের মধ্যেও অনেক সাধু সচ্চরিত্র, হৃদয়বান ব্যক্তি ছিলেন তাহা স্কুলপাঠ্য পুস্তকাবলীতে বিধৃত নানা মহৎলোকের জীবনী পাঠে জানা যায়। জীবিতদের মধ্যেও অনেক মহৎ চরিত্র সজ্জনের পরিচয় সন্ধান করিলেই মিলে। বয়ঃজ্যেষ্ঠাগণ এই সমস্ত সবিস্তারে বুঝাইবেন। তাঁহারা অধীনস্থ কিশোরীদিগের যৌনজীবন যে স্বাভাবিক ও সঙ্গত এই সৎ শিক্ষা দিবেন এবং এই সম্বন্ধে তাহাদের পড়িবার ও বুঝিবার মত উত্তম পুস্তক থাকিলে তাহা পড়িতে দিবেন। দুঃখের বিষয় বাংলা ভাষায় কিশোর-কিশোরীদের

* Sextone-strong এই জাতীয় মালিশ। ক্যামেলী ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস, জে, ৩১ তোপখানা, ঢাকা ২—এই ঠিকানায় পাওয়া যায়।

পাঠ্য যৌনপুস্তক এখনও লিখিত হয় নাই।* ইংরেজিতে কয়েকটি আছে। এই পুস্তকের শেষের দিকে প্রমাণপঞ্জীতে তাহাদের নাম পাওয়া যাইবে। যে বালিকা (এবং বালক) উপযুক্ত রূপে ইংরেজি শিখিয়াছে তাহাকে তাহাদের মধ্যে যতগুলি সম্ভব পড়িতে দেওয়া উচিত।

প্রসবভয় ভীতাদের (ক) সন্তানবতী আত্মীয়ারা এবং পারিবারিক চিকিৎসক বুঝাইয়া দিবেন যে, গর্ভাবস্থায় যথাযথ নিয়ম পালন করিয়া চলিলে প্রসবের সময় অত্যধিক কষ্ট হয় না এবং প্রাণের আশঙ্কা থাকে না। (খ) স্বামী ও আত্মীয়ারা এই বিষয়ে আধুনিক উত্তম পুস্তকাবলী পাঠ করিয়া উক্ত নিয়মগুলি বুঝাইয়া দিবেন অথবা সেগুলি পাঠ করিতে দিবেন এবং উহার পালনে সাহায্য করিবেন। (গ) কঠিন প্রসবের গল্প কেহ তাহাদের কাছে করিবেন না এবং কাহাকেও করিতে দিবেন না। যে ধাত্রীবিদ্যার পুস্তকে অস্বাভাবিক প্রসবের বিবরণ ও চিত্রাদি আছে তাহা যেন তাঁহাদের হস্তে না পড়ে এ বিষয়ে যথেষ্ট সাবধানতা অবলম্বন করিবেন। আবশ্যকীয় বিধি-নিষেধ 'গর্ভসঞ্চার ও গর্ভিণীর যত্ন' ইত্যাদি আমার 'মাতৃমঙ্গল' পুস্তকে আছে। (ঘ) 'প্রসবে বিঘ্ন', 'প্রসবে বেদনা লাঘবের প্রক্রিয়া' অনুচ্ছেদে ঐ বইতে উল্লিখিত ঔষধাদি ব্যবহার করা হইবে, এই আশ্বাস দিবেন এবং সেই চেষ্টা করিবেন।

মানসিক কারণ নং (৭) (ঘ)

যে স্ত্রীরা দারিদ্র্য এবং অস্বাস্থ্যবশত অবাঞ্ছিত সন্তানের আগমন আশঙ্কায় ও ভাবনায় মিলনকে ভয়ের চক্ষে দেখিতে দেখিতে কামশীতল হইয়া পড়িয়াছেন তাঁহারা ও তাঁহাদের স্বামীরা গর্ভনিবারণের আধুনিক বিজ্ঞান অনুমোদিত এবং চিকিৎসকবৃন্দ সমর্থিত উপায়গুলি যে সমস্ত বাংলা ও ইংরেজি পুস্তকে উত্তমরূপে সুযোগ্য ব্যক্তি দ্বারা বুঝানো আছে, তাহাদের মধ্যে যতগুলি পারেন পাঠ করিয়া সেই সমস্ত পদ্ধতির মধ্যে যাহা অথবা যেগুলি সুবিধাজনক মনে হয় তাহা যথাযথভাবে অবলম্বন করিয়া নিশ্চিত হইবেন।

'জন্মনিয়ন্ত্রণের আধুনিক কার্যকরী উপায়সমূহ' অধ্যায়ে উহাদের পরিচয় সংক্ষেপে দিয়াছি। আমার 'মাতৃমঙ্গল' পুস্তকেও এই বিষয়ে আলোচনা আছে। আমার 'জন্মনিয়ন্ত্রণ—মত ও পথ' এবং 'Ideal Family Planning' গ্রন্থদ্বয়ে তাহাদের সম্বন্ধে বিস্তারিত আলোচনা এবং জন্মনিয়ন্ত্রণ সম্বন্ধে অন্যান্য যাবতীয় জ্ঞাতব্য বিষয় আছে।

---

* সম্প্রতি আমি 'আধুনিক যৌনতথ্য' বা 'বিবাহ মঙ্গল' নামে সহজ ভাষায় একখানা পুস্তক লিখিয়া প্রকাশ করিয়াছি।

'স্বামীর দোষে' প্যারার ১২নং কারণ—

স্বামী, নিজ দ্রুত স্খলনের জন্য পরবর্তী 'রতিবাসনা' 'ঔষধ প্রয়োগে রতিশক্তি বর্ধন' এবং 'রতিশক্তি সাধনায় শারীরিক ও মানসিক কৌশল' অধ্যায়গুলি, বিশেষত শেষোক্ত অধ্যায়ের 'এই সাধনার ব্যবহারিক পর্যায়' অনুচ্ছেদ বার বার পড়িবেন এবং উপদেশগুলি কার্যে পরিণত করিবার বিশেষ চেষ্টা করিবেন। এখানে সংক্ষেপে কয়েকটি কথা বলা হইল ঃ—

(১) স্ত্রীকে মনের যৌনতার ও দেহের দিক হইতে অর্থাৎ সর্বতোভাবে যৌন-উন্মুখ করিয়া লইলে ৩ ৪ মিনিটই তাঁহার চরমপুলকলাভের জন্য যথেষ্ট। ইহা অপেক্ষাও অধিকক্ষণ রতিক্ষম হইতে হইলে নিম্নোক্ত প্রতিক্রিয়াগুলির সাহায্য লইতে হইবে ঃ— সঙ্গমপূর্বে কোনরূপ উৎকণ্ঠা, সংশয়, ভয় অথবা দুর্ভাবনা মনের কোণেও আসিতে দিবেন না। বুক ভরিয়া নিঃশ্বাস লউন এবং ভাবী সাফল্যের বিজয়গর্বে উল্লসিত হইবার চেষ্টা করুন। এইবারে যে সফল হইবেনই এই কথা দৃঢ়ভাবে চিন্তা করিতে থাকুন।

(২) আপত্তি না থাকিলে, ক্রিয়ার প্রায় অর্ধ ঘণ্টা পূর্বে স্ত্রীকে কিঞ্চিৎ মদ্য (wine or spirits) পান করাইয়া দিন। শরবতের বা ফলের সহিত জিন (dry gin) মিশ্রিত করিয়া দেওয়া সবচেয়ে সুবিধাজনক। মাত্রা যেন কম হয়।

(৩) যদি কোন প্রকার অনিচ্ছা, ক্লান্তি, অবসাদ, দুশ্চিন্তা অথবা কোনও সমস্যা জর্জরিত থাকেন, তাহা হইলে সুরতে বিরত হইয়া শান্ত, সাহসী ও সুস্থ মন এবং দেহেরও অনুকুল অবস্থার জন্য প্রতীক্ষা করুন। কামেচ্ছা কম থাকিলে বলপূর্বক জোয়ার আনিবার চেষ্টা করিবেন না।

(৪) মিলনের প্রায় ৫ মিনিট পূর্বে অঙ্গের মস্তকে কিঞ্চিৎ Nupercainal ointment অথবা ৩% কোকেন (উভয়ই প্রায় একই বস্তু) বা অ্যানিথেন (Anethaine) লাগাইয়া লইবেন। ইহার ফলে উক্ত স্থানের অনুভূতি বহুল পরিমাণে হ্রাস পাইবে, সুতরাং উত্তেজনা কম হইবে ; অতএব সমধিক কাল বীর্যধারণ করিতে এবং চরমতৃপ্তি দিতে সক্ষম হইবেন।

(৫) সম্ভোগের পূর্বে মূত্রত্যাগ করিয়া লইলে ভাল হয়।

(৬) কামকেলির সময় নিজে অত্যধিক উত্তেজিত হইয়া পড়িবেন না। অধিক মাত্রায় উত্তেজিত হইয়া পড়িলে সমস্তই পণ্ডশ্রম হইবে।

(৭) কেবলমাত্র দৈহিক (কামাঙ্গলগুলিতে) শৃঙ্গার যথেষ্ট নয়। উত্তেজক গল্প-গুজব, চিত্রাদি প্রদর্শন প্রভৃতি দ্বারা স্ত্রীর মনকে রতিউন্মুখ করা একান্ত আবশ্যক। মনই প্রধান। বিশেষত নারীর শরীর অপেক্ষা মন লইয়া কারবারই অধিক। স্ত্রীর মন প্রফুল্ল এবং মিলনে প্রস্তুত না হইলে শারীরিক উত্তেজনা প্রদান নিষ্ফল।

(৮) দেহমিলন কালে যথাসম্ভব নিষ্ক্রিয় থাকিবেন। সকল সময়েই স্ত্রীকে সক্রিয়

হইতে অনুরোধ করিবেন। স্ত্রীকে যোনিপ্রদেশ সংকোচন, প্রসারণ এবং কোমর দোলাইয়া আনন্দ বোধ করিতে বা বাড়াইতে শিক্ষা দিবেন ও উৎসাহিত করিবেন।

(৯) খুব ধীর গতিতে অথবা থামিয়া থামিয়া অঙ্গ চালনা করিবেন।

(১০) মনে অপর কিছু চিন্তা করিবার চেষ্টা করিবেন। এই উদ্দেশ্যে নিজ অঙ্গে সজোরে চিমটি কাটিতে অথবা দংশন করিতে পারেন।

(১১) খুব ধীরে ধীরে নিঃশ্বাস লইবেন।

(১২) বার বার গুহ্যদ্বার পর পর ক্রমান্বয়ে সংকোচন ও শিথিল করিতে থাকিবেন।

(১৩) বীর্য পতনোন্মুখ বোধ হইলে একেবারে নিশ্চল হইয়া পড়িয়া থাকিয়া অতি ধীর গতিতে শ্বাস-প্রশ্বাস বহাইবার চেষ্টা করিবেন এবং মলদ্বারের পেশীগুলি সজোরে সংকুচিত করিবেন। বীর্যপতনের অবস্থা কাটিয়া গেলে আবার ধীরে ধীরে সক্রিয় হইবেন।

(১৪) একটি ভিতরে ও বাহিরে শুক্রকীটনাশক জেলী মাখানো রবারের খাপ অঙ্গে পরাইলে অনুভূতি কিছু কম হইবে, সুতরাং অধিকক্ষণ বীর্য ধারণ করিতে পারিবেন। গর্ভভয় থাকিলে তাহাও নিবারিত হইবে।

(১৫) কিছুকাল রতিবিরতি হওয়া অথবা অপর কোন কারণে যদি মনে হয় যে শৃঙ্গার ও সুরত সময়ে অত্যধিক উত্তেজনা হইবে, সুতরাং শীঘ্র বীর্যস্খলন হওয়ারই সম্ভাবনা, তাহা হইলে বিহারের ২/১ ঘণ্টা পূর্বে হস্ত দ্বারা স্খলন করিবেন। কারণ, একদিনে পর পর শুক্রপাতে ক্রমশ অধিক সময় লাগে (পক্ষান্তরে, নারীর পর পর বারে বারে ক্রমশ অল্প সময়ে চরমপুলকলাভ হয়।)

(১৬) ক্রিয়ার সময়েও উভয় হস্তদ্বারা স্ত্রীর কামাঞ্চলগুলির শৃঙ্গার চলিতে থাকিবে।

(১৭) বিপরীত আসনে স্ত্রীর অপেক্ষাকৃত অল্প সময়ে চরমপুলকলাভ হয়। আপনার যদি কষ্ট না হয় অথবা আপনার অঙ্গের উপর চোট লাগিতেছে এরূপ মনে না হয় তাহা হইলে মাঝে মাঝেই স্ত্রীকে এই আসনে আনন্দলাভ করিতে দিবেন।

(১৮) যদি স্ত্রীর চরম অবস্থা আসিবার পূর্বেই নিজের শেষ হইয়া যায় তাহা হইলে কিছু পূর্বে 'স্বামীর দোষে' প্যারার ৭নং কারণের প্রতিকারে 'উপযুক্ত প্রণালী' সম্বন্ধে যে ক্রিয়ার বর্ণনা করা হইয়াছে তাহা সমাধানের সহিত উত্তেজক গল্প এবং বিভিন্ন কামকেন্দ্রগুলিতে নানাভাবে সুড়সুড়ি কিয়ৎক্ষণ দেওয়া সত্ত্বেও স্ত্রী তৃপ্ত না হইলে, যুক্ত অবস্থাতেই তাঁহাকে উপরে তুলিয়া সক্রিয় হইতে বলিবেন এবং আপনি তাঁহার কামাঞ্চল-গুলিতে শৃঙ্গার করিতে থাকিবেন, যতক্ষণ না ফল হয়। সাধারণত অঙ্গুলি দ্বারা কিছুক্ষণ স্ত্রীর ভগাঙ্কুর ও সন্নিকটস্থ অংশ ঘর্ষণ করিয়া দিলেই তিনি তৃপ্তিলাভ করিবেন। যদিও কোনও কারণে আপনি ইহাতে অক্ষম হন, তাহা হইলে স্ত্রী নিজেই ভগাঙ্কুর মর্দনপূর্বক তৃপ্তিলাভ করিবেন, যেহেতু তাঁহার তৃপ্ত হওয়া উভয়ের পক্ষেই কল্যাণকর।

'স্বামীর দোষে' প্যারার ১১নং কারণ ঃ—

ধ্বজভঙ্গের জন্য 'ঔষধ প্রয়োগে রতিশক্তি বর্ধন' অধ্যায়ের 'রতিশক্তিহীনতা ও বীর্যধারণে অক্ষমতায় যৌন-হরমোন প্রয়োগে চিকিৎসা' অনুচ্ছেদ এবং 'রতিক্ষমতার বিশৃংখলা' অধ্যায়ের প্রথম অনুচ্ছেদ 'পুরুষত্বহীনতা' দেখুন।

পুরুষ প্রায়ই নারীর অসুবিধার দিকে লক্ষ্য করে না। নিজের তৃপ্তিই তাহার সাধনার বস্তু হয়। অনেকে এ খবরই রাখে না যে, নারীরও চরমপুলকলাভ বলিয়া একটি কাম্য অবস্থা আছে; পুরুষের ধারণা—যতক্ষণ সম্ভব হইল ততক্ষণ নারী তৃপ্তি পাইল। নারীরও চরমপুলকলাভ করিবার পূর্বে ঐরূপ অবস্থা যে হইতে পারে ইহা জানে না। অবশ্য পড়িয়া বা অপরের কাছে শিখিয়া লওয়া সম্ভবপর।

নারীর চরমপুলকলাভ না হওয়া দাম্পত্যজীবনের এক প্রধান সমস্যা। এইজন্য কোটি কোটি অতৃপ্তা নারী শারীরিক ও মানসিক অসুখ ও অস্বাচ্ছন্দ্য ভোগ করিতেছে। আমাদের দেশেও উক্ত সকল কারণই প্রযোজ্য। এ সম্পর্কে পরে আরও অনেক কথা বলা হইতেছে।

আমরা দাম্পত্য ব্যবহারের সাধারণ রূপ বর্ণনা প্রসঙ্গে বলিয়াছি যে, নারীর সম্মতি অসম্মতির ধার না ধারিয়া উহাকে উত্তেজিত করিবার চেষ্টা না করিয়া স্বামী তাহার দেহ ব্যবহার করিয়া থাকে। এইরূপ ক্ষেত্রে এমন অসংখ্য নারী আছে যাহারা বৎসরের পর বৎসর সন্তানোৎপাদনের গুরুভার বহন করিয়া যাইতেছে, তবুও সারা জীবনে দুই-চারিবার চরমপুলকলাভ করিয়াছে কি-না সন্দেহ।

অজ্ঞতা, অবহেলা দাম্পত্যজীবনে কত অশান্তির কারণ হয় তাহা ডাঃ ডিকিনসন পঞ্চাশটি যুবতী বধূর জীবন বিশ্লেষণ করিয়া দেখাইয়াছেন। মনে রাখিতে হইবে, তাঁহারা এবং তাঁহাদের স্বামীরা পাশ্চাত্যদেশের সভ্যতায় আলোকিত।

ডাঃ ডিকিনসন বিবাহের পরে নয় মাসের মধ্যে তাঁহাদিগকে দেখেন। তাঁহাদের স্বাস্থ্য ভাল ছিল, তাঁহারা জীবনে সন্তুষ্ট এবং নিজ নিজ কার্যক্ষেত্রে বেশ পারদর্শিনী ছিলেন। তথাপি দাম্পত্য জীবনে নিজেদের রীতিমত খাপ খাওয়াইয়া উঠিতে পারিতেছিলেন না। দাম্পত্যবিহারে পুরুষেরা ইতস্তত করিতেন বা তাঁহারা ভয় করিতেন এবং এইরূপ নানা কারণে তাঁহাদের মধ্যে অর্ধসংখ্যক যুবতীই রতিজীবনে অস্বাচ্ছন্দ্য বোধ করিতেন। তাঁহাদের মধ্যে আঠারো জন মিলনে বেদনা বোধ করিতেন, চারিজন রতিজড় (frigid) হইয়া পড়েন এবং পাঁচজন অন্যবিধ অসুবিধা ভোগ করেন। যে একচল্লিশজন তাঁহার নিকট বিবরণী দেন, তাঁহাদের মধ্যে সতেরজন একবারও চরমপুলক (orgasm) লাভ করেন নাই।

ডাঃ ডিকিনসন দুঃখ করিয়াছেন যে, এই সমস্ত অসুবিধা অনায়াসেই দূর করা যাইত। তাঁহারা ও তাঁহাদের স্বামীরা যথোচিত যৌন-শিক্ষা পাইলে তাঁহাদের রতিজীবনে বিশৃংখলা দেখা দিত না।

সহবাসের চরমপুলকলাভ কত ক্ষেত্রে হইয়া থাকে এবং উহার হওয়া না হওয়ার সহিত দাম্পত্যসুখের তারতম্য সম্বন্ধে টারম্যান অনুসন্ধান করিয়াছিলেন। তিনি প্রশ্ন করেন : স্বামী সহবাসে আপনার কি চরমপুলকলাভ হইয়া থাকে অর্থাৎ উত্তেজনা চরমে উঠার পর উহার তৃপ্তি ও নিবৃত্তি হয়—কখনও হয় না—মাঝে মাঝে হয়—প্রায়ই হয়—সকলবারেই হয় ?

একই সহবাসে সাধারণত কয়বার ঐরূপ হয় ?

৭৯২টি বিবাহিত নারীর মধ্যে ৭৬০ জনই উত্তর দিয়াছিলেন।

প্রথম প্রশ্নের উত্তরে ৬৩ জন (৮·৩%) "কখনই হয় না" লিখেন ; ১৯১ জন (২৫·১%)। "মাঝে মাঝে হয়" ; ৩৩৮ জন (৪৪·৫%) "প্রায়ই হয়" ; এবং ১৬৮ জন (২২·১%) "সকল বারেই হয়"। এই হিসাবে প্রতি ৩ জন নারীর মধ্যে ১ জন সহবাসে অতৃপ্ত থাকার কথা।

ডাঃ হ্যামিলটনের হিসাবে ১০০ জন নারীর ৪৬ জনই অতৃপ্তের দলে। ডিকিনসন ৩১০ জন বিবাহিতা নারীকে (রোগিণী) পরীক্ষা করিয়া বলেন যে, তাহাদের প্রতি ৫ জনের মধ্যে ২ জনের চরমতৃপ্তি লাভ হইত, ২ জনের হইত না এবং একজনের কখনও কখনও হইত।

আমেরিকার বিদুষী মহিলা ক্যাথারিন ডেভিস ও তাঁহার সহকর্মীবৃন্দ নারীর যৌন-জীবনের বিবিধ বিষয় সম্পর্কে গবেষণা করিবার জন্য ১৯২০ সালে অপরাপর প্রশ্নের মধ্যে "স্বামী সহবাস ভাল লাগে কি-না" এই প্রশ্নের উত্তর ১০০০ মহিলার নিকট হইতে পাইবার ব্যবস্থা করেন। ২৭৯ জন (অর্থাৎ শতকরা ২৮ জন, বা এক-চতুর্থ অংশের অধিক এবং এক-তৃতীয় অংশের কম) লেখেন যে, উহা অরুচিকর (distasteful) লাগে। তাঁহারা ইহার নানাপ্রকার শারীরিক ও মানসিক প্রভৃতি কারণ দেখান। নীচে তাহার সার সংকলন করা হইল।

কামশীতলতার কারণানুযায়ী অনুপাতের সংক্ষিপ্তসার

কারণের শ্রেণী	কতজন	মিলন বিস্বাদ বোধকারী ২৭৯ জনের সঙ্গে ইহাদের শতকরা অনুপাত
শারীরিক	১৬৭	৬১
মিলনকে মন্দ ভাবা	৫১	১৮
অপর মানসিক	৩০	১০
স্বামীর নানাপ্রকার দোষে	৩১	১১
মোট	২৭৯	১০০

জন্মগত (Congenital) কামশীতলতার অনুপাত

স্বামী সঙ্গ বিস্বাদ লাগা এরূপ কারণ যে ৩৬ জন লিখিয়াছেন 'বাসনার অভাব' এবং যিনি লিখিয়াছেন 'সময় নষ্ট করা বোধ হয়', এই মোট ৩৭ জনকে প্রকৃত জন্মগত কামশীতল বলা যায়। মোট বিস্বাদবোধকারিণী ২৭৯ জনের সহিত ইহাদের শতকরা অনুপাত ১৩ এবং মোট ১০০০ জন উত্তরদাত্রীর ইহারা শতকরা ৪ জন মাত্র। সুতরাং সমস্ত নারীর মধ্যে আজন্ম কামশীতল ও রতিজড়দের শতকরা অনুপাত পাওয়া গেল। সুতরাং অপর নানা শারীরিক ও মানসিক কারণে এবং স্বামীর বিবিধ দোষে কামশীতল হইয়া পড়েন বাকি (২৭৯ – ৩৭) ২৪২ জন। এক হাজারে ২৪২ জন হইলে সমাজে ইহাদের শতকরা অনুপাত ধরা যাইতে পারে ২৪ জন মাত্র।

যাঁহারা বহুদিন যাবৎ আত্মরতিতে অথবা সমমেহনে অভ্যস্তা ছিলেন কামশীতলাদের মধ্যে তাঁহাদের অনুপাত কত, দুর্ভাগ্যক্রমে লেখিকা তাহা দেখান নাই।

স্ত্রীদিগের (এবং স্বামীদিগেরও) সর্বদা মনে রাখা উচিত যে, যৌন ব্যাপারে পরস্পরের সহযোগিতা করা ও যথাসাধ্য অপরের ইচ্ছানুযায়ী চলা দাম্পত্য সুখের প্রধান উপায়, স্ত্রীর সুরত ভাল না লাগিলে, তাহা প্রকাশ না করা বরং ভাল লাগার ভান করাই উচিত। স্বামীরও তেমনি স্ত্রীর বিশেষ অনিচ্ছা দেখিলে, অধিক জেদ করা উচিত নয়।

কিন্‌জে প্রমুখের মতে বিবাহিতদের চরমপুলকলাভের হার

আমেরিকার ইণ্ডিয়ানা বিশ্ববিদ্যালয়ের আধুনিক গবেষকবৃন্দ ২৪৮০ জন বিবাহিতা নারীর জবানবন্দী লইয়া নারীর চরমপুলকলাভের হার সম্বন্ধে নিম্নরূপ হিসাব দাখিল করিয়াছেন :—

তাঁহাদের মধ্যে ৩৬% জন (অর্থাৎ তিন ভাগের এক ভাগের কিছু অধিক) বিবাহের পূর্বে কোনও ভাবে উহা লাভ করেন নাই।

প্রথম যৌবনে ১৫/১৬ বৎসর বয়সের তরুণদের মধ্যে ৯৫% (প্রায় সকলেই) সপ্তাহে গড়ে ২·৩ (প্রায় আড়াই বার) উহা লাভ করিয়া থাকে কিন্তু সেই বয়সের বালিকাদিগের মধ্যে ২২% (প্রায় পাঁচ ভাগের এক ভাগ) সর্বসাকুল্যে (আত্মরতি, সমকাম অথবা বিষমকাম দ্বারা) উহা লাভ করে। ১৭ হইতে ১৯ বৎসর বয়সের যুবকদের মধ্যে সকলেই (৯%-এর অধিক) চরমতৃপ্তি লাভ করে—অবিবাহিত হইলে সপ্তাহে প্রায় দুই (২ ২) বার এবং বিবাহিত হইলে প্রায় তিন (৩·২) বার।

এই বয়সের যুবকদের অপর সকল বয়স অপেক্ষা যৌন সামর্থ অধিক থাকে এবং যৌনক্রিয়াও সর্বাধিক হয়। অথচ ঐ বয়সের যুবতীদের মধ্যে প্রায় অর্ধেক (৪৭%) একবারও চরমপুলকলাভ করে না।

যুবতীদের এই প্রকার অপেক্ষাকৃত অল্প অভিজ্ঞতা এবং চরমপুলকের প্রকৃতি, তাহাদের আনন্দ বিধানের ক্ষমতা ও আবশ্যকতা সম্বন্ধে সামান্য জ্ঞান থাকে বলিয়া আশ্চর্যের বিষয় নয়। বহু বিবাহিতেরা কখনই উহা লাভ করে না, অথবা কদাচিৎ করে—ইহাই আশ্চর্যের বিষয়।

অনেকে বলেন যে, বিস্তর নারী **কামশীতল** (sexually frigid) বলিয়াই সঙ্গমে চরমতৃপ্তি লাভ করে না। এই শব্দটির অর্থ সাধারণত ইহাই বুঝা হয় যে, ঐ সমস্ত নারী চরমতৃপ্তি লাভ করিতে হয় অনিচ্ছুক নতুবা অপারগ। সন্দেহের বিষয় যে, কোনও নারী ইহা লাভ করিতে সম্পূর্ণ অক্ষম। সাধারণভাবে ইহা বলা যায় যে, নর ও নারী সর্বপ্রকারের শারীরিক উত্তেজনার ব্যাপারে সমভাবে সাড়া দেয়। আর, দেখা গিয়াছে যে, যদি নারীর মনে কোনও বাধা, ভয় বা সংকোচ বা বিরুদ্ধতা না থাকে এবং যদি তাহাকে উপযুক্তভাবে ও পরিমাণে উত্তেজিত করা হয় তবে সে গড়পড়তা পুরুষ অপেক্ষা সাড়া দেওয়ায় মন্থরগামী নয়। এবং যদি যথেষ্ট শারীরিক উত্তেজনা থাকে তবে বোধ হয় সকল নারীই এতদূর সাড়া দিতে সক্ষম যে পরিণামে চরমতৃপ্তি লাভ হয়।

তাঁহাদের হিসাবে দেখা যায় যে, গড়ে ৭০% হইতে ৭৭% (প্রায় ১৩ আনা) বিবাহিতা সুরতে চরমপুলকলাভ করে।

নিম্নলিখিত কারণসমূহে এই বিষয়ে নারীদের মধ্যে পার্থক্য হয়ঃ—(১) বয়স (২) যে বয়সে বিবাহ হইয়াছিল (৩) যত বৎসর হইল বিবাহ হইয়াছে (৪) কিরূপ হারে মিলন হইয়া থাকে (৫) কিরূপ রতি-কৌশল অবলম্বিত হয় এবং (৬) বিবাহের বিভিন্ন যুগে চরমপুলকলাভের হার কিরূপ ছিল।

বিবাহের বৎসর অনুযায়ী এই অনুপাতের তারতম্য হয়; যথাঃ—

বিবাহের বৎসর	শতকরা কতবার মিলনে চরমতৃপ্তি লাভ হয়
প্রথম	৬৩
পঞ্চম বর্ষ হইতে	৭১
দশম " "	৭৭
পঞ্চদশ " "	৮১
বিংশতি " "	৮৫

ইহার তাৎপর্য এই যে, ৩৬% হইতে ৪৪% জন কতক সঙ্গমে চরমতৃপ্তি লাভ করেন, কিন্তু সকলবারে নয়। তাঁহাদের মধ্যে প্রায় এক-তৃতীয়াংশ অল্প কয়েকবারে সাড়া দেন, অপর তৃতীয়াংশ প্রায় অর্ধেক বারে, এবং বাকি তৃতীয়াংশ প্রতিবারে না হইলেও অধিকাংশ বার সাড়া দিয়া থাকেন। [Sexual Behaviour in the Human Female, 1953].

আমাদের দেশে এইরূপ তথ্য আহরণ করা একরকম অসম্ভব। তবে জ্ঞান-সাধনায় সাহায্য করিবার উদ্দেশ্যে তরুণ-তরুণীর সত্যকথন অপরিমেয় উপকারে আসিবে। এই পুস্তকের শেষের দিকে এই আশাতেই প্রশ্নমালা সংযোজিত করিয়াছি।

এই অবস্থার শোচনীয় পরিণাম এড়াইতে হইলে যুবক-যুবতীকে যৌনবিজ্ঞানে শিক্ষিত হইতেই হইবে। **বিবাহিত জীবনকে মধুর ও মঙ্গলময় করিয়া তোলাই** এই পুস্তকের উদ্দেশ্য।

নারীর যৌন সাড়ার গতি (Speed of Sexual Response)

বিখ্যাত যৌনবিদেরা লিখিয়াছেন যে, পুরুষের অপেক্ষা নারীর কাম ধীরগতিতে জাগে, এজন্য তাহার চরমপুলক আনিবার জন্য অধিক উত্তেজনা দেওয়া আবশ্যক হয়। এই মতের পরিপোষকদের মধ্যে যাঁহাদের নাম যৌন সাহিত্যের পাঠকদের মধ্যে অধিকাংশের জানা আছে তাঁহাদের এই মত যে পুস্তকে প্রচারিত হইয়াছে তাহাদের শেষ সংস্করণের সাল নীচে কালানুযায়ী দেওয়া হইল।

Moll (1912), Talmey (1912), Malchow (1923); Hirschfeld (1928); Stones (1931), Havelock Ellis (1936), Helena Wright (1937); Butterfield (1940), Hirsch (1949) ও A Stone and Hannah Stone (1952).

এইজন্য এ যাবৎ এই মতই চলিয়া আসিতেছে। কিন্তু আমেরিকার কিন্‌সে (Kinsey) প্রমুখ বিজ্ঞানীবৃন্দ ৩৩১৩ জন অবিবাহিত কিশোর ও যুবতী এবং ২৪৮০ জন বিবাহিতাকে নানাবিধ প্রশ্ন করিয়া ১৯৫৩ সালে যে গবেষণামূলক গ্রন্থ (Sexual Behaviour in the Human Female) প্রকাশিত করিয়াছেন, তাহাতে উপরোক্ত লেখকদের নাম করিয়া বলিয়াছেন যে, তাঁহারা শুধু নিজের সংগৃহীত তথ্য বিশ্লেষণ করিয়া এই সিদ্ধান্তে উপনীত হইয়াছেন। ঐ মত নাকি দৃশ্যমান ঘটনাবলীর ভ্রান্ত ব্যাখ্যার উপর প্রতিষ্ঠিত।

তাঁহারা বলেন যে, যে নারীরা আপাতদৃষ্টিতে সুরতে ধীরগতিতে সাড়া দেন তাঁহাদের মধ্যে অনেককেই আত্মরতির দ্বারা ২১ মিনিটেই চরমপুলক লাভ করিতে দেখা যায়। ইহার কারণ এই যে, **রমণের সময় নানা প্রকার বাধা অথবা চিত্ত বিক্ষেপকারী ব্যাপার** ঘটে (যথা, পুরুষের অঙ্গ সঞ্চালন বন্ধ করা, ক্ষণিকের জন্য নিজ অঙ্গ বাহির করিয়া লওয়া, আসন পরিবর্তন করা অথবা অপর বিষয়ে কথাবার্তা বলা)। ইহার ফলে নারীর উত্তেজনা প্রশমিত হইয়া শরীর ও মন স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরিয়া আসে। পুনরায় সংযোগ ঘটিলে, তাহাকে উত্তেজনার পথে প্রায় প্রথম হইতেই যাত্রারম্ভ করিতে হয়। কিন্তু, **স্বমেহনের বেলায়, সে একেবারে সোজাসুজি চরম লক্ষ্যের দিকে চলিতে**

থাকে। **মিলনে নারীর ধীর গতি ও লক্ষ্যে পেঁছাইতে অধিক বিলম্বের ইহাই প্রধান কারণ**; নারীর প্রকৃতিগত অসামর্থ্য নয়।

তাঁহারা ইহাও বলেন যে, তাঁহাদের গবেষণার ফলে দেখা যায় যে, গড়পড়তা **নারী আত্মরতির দ্বারা ৪ মিনিটের কমেই চরমতৃপ্তি লাভ** করে, অথচ সঙ্গমে ১০/২০ মিনিট অথবা আরও অধিক সময় লাগে। ঐ ভাবে দেখা গিয়াছে যে, **স্বমেহনে** চরম মুহূর্ত আসিতে **পুরুষের ২ হইতে** ৪ **মিনিট লাগে**। সুতরাং দেখা যাইতেছে যে, চরমপুলক অবধি পেঁাছিবার ক্ষমতায় নারী পুরুষ অপেক্ষা মন্দগতি নয়।

২১১৪ জন নারী, আত্মরতির দ্বারা চরমতৃপ্তি লাভ করিতে তাঁহাদের গড়ে কতক্ষণ লাগে তাহা উক্ত গবেষকবৃন্দকে জানাইয়াছেন। সেই তথ্য হইতে হিসাব করিয়া দেখা গিয়াছে, তাঁহাদের মধ্যে শতকরা ৪৫ জন (অর্থাৎ প্রায় অর্ধেক) এক হইতে তিন মিনিটের মধ্যে, ২৪% (অর্থাৎ প্রায় সিকি ভাগ) ৪ হইতে ৫ মিনিট, ১৯% (৫ ভাগের এক ভাগ) ৬ হইতে ১০ মিনিট আর কেবলমাত্র ১২% (৮ ভাগের এক ভাগ) ১০ মিনিটেরও অধিক সময়ে চরমপুলক লাভ করিয়াছেন। অবশ্য এই চারি দলেই কতক এমন ছিলেন যাঁহারা অধিকক্ষণ আনন্দ লাভ করিবার জন্য ইচ্ছা করিয়াই চরম অবস্থায় পেঁাছিতে বিলম্ব করিয়া থাকেন। আত্মরতিতে নারী সকর্মক বলিয়াই সে চরমতৃপ্তি লাভ করিয়াই ছাড়ে।

ডঃ মাস্টারস ও মিসেস জনসনের ব্যাপক অনুসন্ধান

ডঃ কিন্‌জেদের অনুসন্ধানের প্রায় এক যুগ পরে তাঁহারা পরীক্ষা-নিরীক্ষায় অবতীর্ণ হন।

তাঁহাদের দীর্ঘ অনুসন্ধানের ফলে জানা গিয়াছে, নর ও নারীর যৌনানুভূতির উদ্রেক ও সমাপ্তি হয় এইভাবে ঃ

উত্তেজনা স্তর—পুরুষের কামোদ্রেকের প্রথম লক্ষণই হইল উহার লিঙ্গের প্রসারণ ও উত্থান। লিঙ্গের স্পর্শন, ঘর্ষণ ইত্যাদি শারীরিক বা কামোত্তেজক নারী বা চিত্রাদির দর্শন বা কামচিন্তাধারা মনে আনয়ন ও পোষণ ইত্যাদি মানসিক ব্যাপার উত্তেজনার সৃষ্টি করে। করিলেই লিঙ্গে রক্তপ্রবাহ ঘটে এবং হ্রস্ব লিঙ্গ প্রায় দ্বিগুণ ও দীর্ঘ লিঙ্গ যথেষ্ট পরিমাণে বৃদ্ধিপ্রাপ্ত হয়।

পুরুষের ও নারীর উভয়েরই যৌনঅঙ্গসমূহে এই রক্তপ্রবাহই কামোত্তেজনার 'প্রাথমিক প্রতিক্রিয়া'। পরবর্তী প্রতিক্রিয়া হয় ঐ প্রদেশের বিভিন্ন পেশীর সংকোচনে।

নারীর বেলায়ও ঐরূপ রক্ত প্রচাপের ফলে যোনি নালীর পিচ্ছিল এক রকম রসে

ভিজিয়া যাওয়াই কামোদ্রেকের প্রাথমিক প্রতিক্রিয়া হিসাবে ধরা যায়—ভাল খাবার দেখিলে মানুষের মুখে যেমন লালার উদ্রেক হয়। এই ভিজিয়া উঠা খুব শীঘ্রই সম্পন্ন হয়—কামানুভূতির উদ্রেকের দশ হইতে তিরিশ সেকেণ্ডের মধ্যেই প্রায়। ঐরূপ রস সঞ্চার কামাঞ্চলের স্পর্শন, ঘর্ষণ, স্তন মর্দন ইত্যাদি শারীরিক অথবা কামচিন্তা বা উত্তেজক চিত্রাদি দর্শন ইত্যাদি মানসিক কারণেও হইয়া থাকে।

পূর্বেকার বহু গবেষকদের ধারণা ছিল এই বলিয়া যে, নারীর ঐরূপ রস সঞ্চার হয় জরায়ু হইতে জরায়ু মুখের মাধ্যমে। এ ধারণা এঁদের দুজনের অনুসন্ধানের ফলে ভুল প্রতিপন্ন হইয়াছে। জরায়ু কাটিয়া ফেলিলেও নারীর যোনিনালীতে ঐরূপ রস সঞ্চার অব্যাহত থাকে।

যোনিমুখের সন্নিকটস্থ বার্থোলিন গ্রন্থিদ্বয় এই রস স্খলন করে—এ কথাও মাত্র আংশিকভাবে সত্য। ঐ রস স্খলন হয় যৌনচেতনার যথেষ্ট পরবর্তী স্তরে।

তাঁহাদের অনুসন্ধানে ঐ রস সঞ্চারের প্রধান উৎস হইল যোনি প্রাচীরের ঘর্মাক্ত হইবার প্রবণতা। কপালে যেমন ঘামাবেশ হয় কতকটা ঐরূপ, যদিও ঐ প্রাচীরে ঘর্ম গ্রন্থি নাই। কামকেলী চলিতে থাকিলে ঐ ঘর্মবিন্দু ঘনীভূত হইয়া পিচ্ছিল রসক্ষরণে পর্যবসিত হয়—যোনিকে পুরুষের অঙ্গ গ্রহণ করিবার প্রস্তুতিক্রমে।*

ঐ রসক্ষরণ না হইলে নারীর পক্ষে যৌনমিলন কষ্টদায়ক হইতে পারে কিন্তু উহাই নারীর মিলনে প্রস্তুতির নির্ভুল চিহ্ন মনে করা ঠিক হইবে না। কারণ, আরও অঙ্গসমূহে প্রতিক্রিয়া হইতে থাকে ও হওয়াই চাই।

নারীর ভগাঙ্কুর অনুভূতিশীল স্নায়ুতন্ত্রী সম্বলিত—বিশেষ করিয়া উহার অগ্রভাগ। শুধু কামচিন্তায়ও ভগাঙ্কুরে চেতনা আসে। শুধু স্তনমর্দনেও ঐরূপ হয়। ভগাঙ্কুরের অগ্রভাগের স্ফীতি রক্তপ্রচাপেরই ফলে হয়। মিলনকালে পুরুষের অঙ্গ দ্বারা ঘর্ষিত বা মর্দিত হইলে ভগাঙ্কুর নারীর আনন্দানুভূতি বৃদ্ধি করে।

নারীর স্তনেও প্রথম স্তরে নানারকম পরিবর্তন আসে। সর্বাগ্রে স্তনের বোঁটা উত্থিত হয়। পেশী সংকোচনে ঐরূপ হয়। কখনও একটার পরে আরেকটা উদ্রিক্ত হয়। রক্ত প্রচাপের দরুন (লিঙ্গে ও ভগাঙ্কুরে যেমন হয়) বোঁটা বৃদ্ধিপ্রাপ্ত হয়। ঐ কারণেই স্তনের শিরাসমূহ আরও স্পষ্ট হইয়া দেখা দেয় এবং যেগুলি সচরাচর দেখা যায় না ওগুলিও দেখা দেয়।

স্তনদ্বয়ের আয়তনও রক্ত প্রচাপে বৃদ্ধিপ্রাপ্ত হয় কিছুক্ষণ পরে। পুরুষের স্তনে প্রতিক্রিয়া হয় সামান্য। নারীর বৃহদোষ্ঠে প্রতিক্রিয়া হয় যথেষ্ট। অনুত্তেজিত অবস্থায়

---

* প্রসঙ্গক্রমে, বহু নারী মিলনে আনন্দ উপভোগ করিতে করিতে প্রচুর রস স্খলন করিয়া থাকে। ওরকম হইতে থাকিলে রুমাল, গামছা বা শাড়ির পাড় দিয়া উভয়ের অঙ্গ মুছিয়া মুছিয়া লইতে হয়।

উহারা ঢাকনীর মত ক্ষুদ্রোষ্ঠ ও যোনিমুখ ঢাকিয়া রাখে। উত্তেজনার প্রাথমিক অবস্থায়ই উহারা খানিকটা খুলিয়া যায় এবং খানিকটা ভগাঙ্কুরের দিকে সরিয়া যায়।

ক্ষুদ্রোষ্ঠ দুটিও ফুলিয়া যায়। বোধ হয় এই কারণেই বৃহদোষ্ঠ উহাদের বেলায় খানিকটা খুলিয়া ও সরিয়া পড়ে।

সমস্ত যোনি নালীকে একটি সুড়ঙ্গের মত মনে করিলে নারীর অনুত্তেজিত অবস্থায় উহা চুপসাইয়া থাকে। এই নালীর ভিতরের দিকের দুই-তৃতীয়াংশ ফাঁপিয়া উঠিতে থাকে এবং উত্তেজনা বৃদ্ধি পাইলে বেলুনের মত ফাঁপিয়া উঠে। তাহা হইলে যোনি-প্রাচীরের ভাঁজ ও খাঁজসমূহ মিলাইয়া যায় ও উহাদের রং গাঢ় লাল হয়।

পুরুষের অণ্ডকোষের থলির চামড়া পুরু ও অণ্ডকোষ দুটি সংকুচিত হইয়া উপরের দিকে খানিকটা উঠিয়া পড়ে।

এই সকল আঙ্গিক প্রতিক্রিয়া ছাড়াও নর ও নারীর সারা শরীর কামোত্তেজনায় সাড়া দেয়, নানা পেশী সংকুচিত হয়, নাড়ীর গতি দ্রুত হয়, রক্ত-প্রচাপ বাড়ে।

বিস্তার স্তর—ইহার পরের স্তরকে অনুসন্ধানীদ্বয় **বিস্তার স্তর** (Platcu Phase) বলিয়াছেন।

পুরুষের মধ্যে এই স্তরে লিঙ্গোত্থান পূর্ণতা প্রাপ্ত হয়। লিঙ্গমুণ্ডের রং কাহারও কাহাও আরও গাঢ় লালিমা ধারণ করে। অণ্ডকোষদ্বয় প্রায় দেড়গুণ বড় হয় এবং আরও তলপেটের দিকে উঠিয়া পড়ে। এই সময়ে পুরুষের স্তনের বোঁটা শক্ত হয়।

নর ও নারী উভয়ের শ্বাস-প্রশ্বাস জোরে বহিতে থাকে। নাড়ীর গতি আরও দ্রুত হয় এবং রক্তের চাপ আরও বাড়ে। পেশীসমূহের সংকোচন ও খেঁচুনী বাড়ে। নিতম্বের পেশীসমূহকে উভয়ই সংকুচিত করে।

মিলনের কিছুকাল পরে নারীর বার্থোলিন গ্রন্থি হইতে কয়েক ফোঁটা রস বাহির হইতে পারে এবং পুরুষের মূত্রনালীর মুখ দিয়া কিছুটা পাতলা রসক্ষরণ হইতে পারে। এই রস শুক্র নয়—ইহা কাউপার ও প্রোস্টেট গ্রন্থির রস মাত্র। তবে ইহাতে শুক্রকীটও কিছুটা আসিয়া পড়িতে পারে; এই জন্য পুরুষ পূর্ণ শুক্রস্খলনের পূর্বেই লিঙ্গ প্রত্যাহার করিলেও শুধু এ রস হইতেও গর্ভাধান হইতে পারে।*

তাঁহাদের মতে, এই স্তরে নারীর সবচেয়ে উল্লেখযোগ্য পরিবর্তন হইল যোনিনালীর বাহিরের এক তৃতীয়াংশের চারিপাশে তন্তুসমূহের স্ফীতি ও উহার ফলে ঐ অংশের সংকোচন। ঐ সংকোচনের দরুন যোনিনালী পুরুষের অঙ্গকে চাপিয়া ধরে ও উহার সুখানুভূতি বৃদ্ধি করে। এরই সাথে সাথে জরায়ু উপরের দিকে উঠে ও যোনিনালীর

* বস্তুত মিলনের পূর্বেই—কামকেলী বা আদর-সোহাগ ও ছোঁয়াছুঁয়ির স্তরেও এই রস বাহির হইতে থাকে। ইহা স্বাভাবিক।

ভিতরের দুই-তৃতীয়াংশ আরও ফাঁপিয়া উঠে। জরায়ুও বৃদ্ধিপ্রাপ্ত হয়। যাহাদের সন্তানলাভ হইয়াছে তাহাদের জরায়ু প্রায় দ্বিগুণ এবং যাহাদের হয় নাই তাহাদের জরায়ু যথেষ্ট পরিমাণে বাড়িয়া যায়।

ভগাঙ্কুর আরও উপরে উঠে। যোনিমুখ হইতে যেন আরও দূরে সরিয়া যায়। ইহাতে উহা যেন আরও ক্ষুদ্রাকৃতি হইয়া পড়িয়াছে মনে হয়। তবে উহার অনুভূতি সতেজই থাকে, বাহিরের স্পর্শন মর্দনে বা পুরুষাঙ্গের সঙ্গে সংঘাতে বৃহদোষ্ঠের স্ফীতি আরও বাড়ে। ক্ষুদ্রোষ্ঠের রং বদলাইয়া যায়।

মোটের উপর এই স্তরে নর ও নারীর উভয়ের শরীরের বিশেষ বিশেষ অঙ্গে রক্তের প্রচাপে বাড়ে ও পেশীসমূহে খেঁচুনি হয়। এই প্রচাপ ও খেঁচুনি চরমে উঠিলেই চরমপুলকলাভ হইবার উপক্রম হয়।

চরমপুলকলাভের স্তর

এই স্তরে নারীর যোনিনালীর বাহিরের এক-তৃতীয়াংশ ও উহার চারিপাশের পেশীসমূহের ধারাবাহিক সঙ্কোচন-প্রসারণ হইতে থাকে। প্রথম প্রথম শীঘ্র কয়েকবার ও আস্তে আস্তে কয়েকবার। পরে উহাদের তেজ মিলাইয়া যায়।

সাধারণ ধরনের চরমপুলকে ৩/৫ ও জোরের পুলকে ৮ ১২ বার সঙ্কোচন-প্রসারণ হইতে পারে। অনুসন্ধানীরা যন্ত্রযোগে একটি বিশেষ নারীর ২৫ বার ৪৩ সেকেণ্ড ধরিয়া ঐরূপ প্রকম্পন রেকর্ড করিয়াছিলেন।

ঐ সাথে জরায়ুরও উপর দিক হইতে ঢেউয়ের মত ধারাবাহিকভাবে সঙ্কোচন হইতে থাকে। উহা জোরের চরমপুলকলাভে সজোরে হয়। অবশ্য সন্তান বাহির হইবার সময়ে জরায়ুর সঙ্কোচন আরও জোরে হইয়া থাকে। অন্যান্য পেশীও বিশেষ করিয়া গুহ্যদ্বারের সংলগ্ন পেশীসমূহ ঐরূপ সঙ্কোচন-প্রসারণ হইতে থাকে।*

পুরুষের বেলায়ও একই কথা অনেকটা খাটে। প্রথম প্রথম কয়েকটির পর আস্তে আস্তে ও মৃদু মৃদু সঙ্কোচন হইতে থাকে।

পুরুষের শুক্র স্খলন একটা জটিল প্রক্রিয়া। শুক্ররস কোটি কোটি শুক্রকীটসহ শুক্রনালী বাহিয়া উপরে আসিতে থাকে এবং স্খলনের সময়ে শুক্রকোষ প্রোস্টেট গ্রন্থি ও লিঙ্গের গোড়ার একটি থলিয়া মূত্রনালীতে শুক্র ও রস ঠেলিয়া দেয়। যৌবনে এই রস ছিটকাইয়া ১'২ ফুট পর্যন্ত বাহিরে পড়িতে পারে।

---

* এইরূপ সঙ্কোচন-প্রসারণ বা প্রকম্পন-বিস্ফোরণ এত স্পষ্ট যে, যে কোনও পুরুষ একটু লক্ষ্য করিলেই ধরিতে ও বুঝিতে পারেন। সহৃদয় স্বামী-স্ত্রীকে সরাসরি জিজ্ঞাসা করিয়াই লইতে পারেন তাঁহার চরমপুলকলাভ হইল কি না।

অবশ্য মিলন প্রক্রিয়ায় উহা নারীর যোনিনালীতে, এমনকি জরায়ুমুখে পর্যন্ত ছড়াইয়া পড়ে।

চরমপুলকলাভের প্রাক্কালে নর ও নারীর উভয়ের নাড়ির গতি রক্তের প্রচাপ ও শ্বাস-প্রশ্বাসের ধারা চরমে উঠে। সর্ব শরীরের পেশীসমূহ নানাভাবে সাড়া দেয়। মুখমণ্ডল বিকৃত আকার ধারণ করিতে পারে।

বিরামের স্তর—চরমপুলকলাভের পরক্ষণ হইতেই নর-নারীর স্বস্তির পুনরাবর্তন হইতে আরম্ভ করে। রক্তের প্রচাপের জোর কমিতে থাকায় সারা শরীরের পেশীসমূহের প্রসারণ আরম্ভ হয়।

নারীদের স্তনের বোঁটার চারিদিকের স্ফীতি কমিয়া মনে হয় বোঁটা আরও উন্নত হইয়াছে। শরীরের যৌন আভা মিলাইয়া যাওয়ায় খানিকটা ঘামের আবির্ভাব হইতে পারে। কাহারও কাহারও খালি পায়ের তলা ও হাতের পাতা ঘামে। পুরুষের মধ্যে অনেকে ঘামাইতে থাকে।

কিছুক্ষণ পরেই মেয়েদের ভগাঙ্কুর স্বাভাবিক জায়গায় ফেরত আসে ও কয়েক মিনিট পরে উহা স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরিয়া আসে। তারপর যোনিনালীর বাহিরের এক-তৃতীয়াংশ প্রসারিত হয়—যোনিনালীর ফাঁপা অবস্থা কমিতে থাকে এবং সংকুচিত হইতে থাকে। জরায়ুমুখ আপন জায়গায় পুনপ্রতিষ্ঠিত হইয়া একটু খুলিয়া যায়। বোধ হয় পুরুষের শুক্রকীটের প্রবেশের সুবিধাদানে। প্রায় আধ ঘণ্টাখানেক সময় লাগে নারীদের পূর্ব অনুত্তেজিত অবস্থায় ফিরিতে।

নারীদের উত্তেজিত হইবার পরে চরমপুলকলাভ না হইলে আরও বহুক্ষণ লাগে ঐ অবস্থায় ফিরিতে।*

পুরুষের মধ্যে এই স্তরের সবচাইতে বড় লক্ষণ হইল উহার অঙ্গ শিথিল এবং

---

* **Handerbergh** এক প্রবন্ধে নারীদের চরমপুলকলাভ সম্পর্কে সংক্ষেপে (১৯৫৩-এ তাঁহাদের গবেষণার বহু পূর্বে) বলেন:

General bodily exitement . perspiration, breathlessness...Response to stimulation occurs at the clitoris, the vagina near the clitoris (with) the walls of the vagina widening and becoming pliable, the clitoris becoming erect and pulsating; a pleasant feeling, increasing excitement.. and the desire for intromission of the penis...(after which) spontaneous and involuntary contraction occurs in the pelvis and genital muscles ... There is rising tension and then sudden release and less often there is no sudden change in experience but after a maximum is reached subsidence is gradual; or the tension mounts to a condition of rigidity and then there is cataclysmic release...characterized by the wall of the vagina contracting and relaxing slightly to violently.

সংকুচিত হইয়া অনুত্তেজিত অবস্থায় যেমন থাকে তেমন হইয়া পড়া। উত্থান ক্ষমতা হারাইয়াও অঙ্গ কিছুক্ষণ খানিকটা ফুলিয়া থাকিতে পারে। অণ্ডকোষ ও থলির পূর্বের অবস্থায় ফিরিতে কিছুটা সময় লাগে। স্তনের বোঁটা শক্ত হইয়া থাকিলে স্বাভাবিক অবস্থায় আসিতে উহার খানিকটা সময় লাগে।

পুরুষের বেলায় একটি বিশেষ অবস্থা এই যে, শুক্রস্খলনের পরে **কতক্ষণ পর্যন্ত সে আবার রতিক্ষম হয় না**। এই বিরামের মেয়াদ যৌবনে কিছুক্ষণ ও বয়স বাড়ার সঙ্গে সঙ্গে বেশীক্ষণ পর্যন্ত হয়।

নারীর বেলায় কিন্তু অতটা বিরতির দরকার হয় না। ভালভাবে উত্তেজিত হইলে সে বার বার চরমপুলকলাভ করিতে পারে। একই মিলনে একাধিক **চরমপুলকলাভ নারীর পক্ষে সম্ভবপর**—পুরুষের নয়।*

অনুসন্ধানীদ্বয় ইহাও বলিয়াছেন যে, কামোত্তেজনার উৎপত্তি, **প্রসার** এবং **সমাপ্তির** এই ধারা তাড়াতাড়িতেই হউক বা আস্তে আস্তে—একই রকমের হয়—তা কামোত্তেজনা স্বয়ংক্রিয়ই হউক, বক্ষ প্রচাপনেই হউক, নরনারীর মিলনে বা অন্যবিধ আচরণেই হউক। শুধুমাত্র কামচিন্তায়ই চরমপুলকলাভ নারীদেরও হয় বলিয়া তাঁহারা রিপোর্ট পাইয়াছিলেন কিন্তু তাঁহাদের পরীক্ষার পাত্রীদের মধ্যে কেহই ঐরূপ করিতে পারেন নাই।

বস্তুত আমি এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে ও এই খণ্ডে নানা জায়গায় ও অপরাপর লেখকেরা মোটামুটিভাবে এ সব কথাই বলিয়াছি ও বলিয়াছেন। তাই তাঁহাদের এই ধারাবাহিক বর্ণনা নূতন আবিষ্কার নহে—তবে পরীক্ষা-নিরীক্ষাজনিত সমর্থন বটে। যৌনবিজ্ঞানে ব্যাপারগুলি ক্রমে ক্রমেই পরিষ্কার হইয়া পড়িতেছে।

তাঁহাদের মতে, নর ও নারীর কামাবেগে যে পার্থক্য দেখা যায় উহার জন্য প্রকৃতি দায়ী নয়—দায়ী সমাজ। সমাজ নারীকে কখনই পুরুষের মতো যৌন স্বাধীনতা দেয় নাই এবং উহার অভাবে নারী নিজেকে কখনই সঠিকভাবে প্রকাশ করিতে পারে নাই। যৌন জীবন সম্পর্কে সংস্কারাচ্ছন্ন কোনও নারীর কখনই তাহার কামাবেগের কথা প্রকাশ করিতে সাহস পায় না। এখন, নারী তাহার যৌনজীবনের সঙ্গীকে নিজের পছন্দমত যতই বাছাই করিয়া লওয়ার সুযোগ পাইতেছে ততই সে কামাবেগের ক্ষেত্রে পুরুষের মত সক্রিয় এবং শক্তিশালী হইয়া আত্মপ্রকাশ করিতেছে।

* অনুসন্ধানীদ্বয় লিখিয়াছেন: **"If a female who is capable of having regular orgasm is properly stimulated within a short period after her first climax, she will in most instances be capable of having a second, third, fourth and even fifth and sixth orgasm before she is fully satiated. As contrasted with the males usual inability to have more than one orgasm in a short period, many females, especially when clitorally stimulated, can regularly have five of six full orgasms within a matter of a few minutes.**

এই গবেষকেরা জোর দিয়াছেন কামাবেগের দেহাভ্যন্তরে সুনির্দিষ্ট প্রতিক্রিয়ার কথা উপরে। নারীর রতিতৃপ্তি (orgasm) লইয়া তাঁহারা প্রচুর সমীক্ষা করিয়াছেন। এটা ভাল কথা। তাঁহারা সিদ্ধান্তে পোঁছিয়াছেন এই বলিয়া যে, প্রত্যেক নারীই রতিতৃপ্তির চরম অবস্থায় পোঁছিতে সক্ষম। শুধু তাই নয়, যাঁহারা যৌনজীবনে কোনপ্রকার সংস্কার বা ভীতি দ্বারা আচ্ছাদিত নহেন—তাঁহারা একাধিকবার চরমতৃপ্তি (multiple orgasm) লাভ করিতে পারেন। ডঃ কিন্‌জে তাঁহার নারী বিষয়ক যৌন সমীক্ষায় বলিয়াছেন যে, শতকরা ১৪ জন নারী এক-একবার মিলনকালে পুরুষের মত মাত্র একবার নয়, একাধিকবার চরমতৃপ্তির মুহূর্তে পোঁছিতে পারেন এবং তাহাও কয়েক মিনিট পর পর। এই গবেষকেরা উহার সমর্থনে প্রমাণ পাইয়াছেন যে, বহু নারীর মধ্যে একাধিকবার রতিতৃপ্তিলাভ প্রকৃত ঘটনা। তাঁহারা বলিয়াছেন যে, যদি কোনও নারী সঠিকভাবে উত্তেজনা বোধ করে, এবং যদি সে নিয়মিত চরমতৃপ্তির স্তরে পোঁছিতে অভ্যস্ত হয়, তাহা হইলে বেশীর ভাগ ক্ষেত্রে সে একবার মিলনকালেই পর পর কয়েকবার চরম-তৃপ্তির স্তরে উপনীত হইতে পারে।

কিন্তু সব নারী কি মিলনের জন্য প্রয়োজনমত উত্তেজনা অনুভব করে? পূর্বকার যৌনবিজ্ঞানীরা নারীর ভগাঙ্কুরকে তীব্র উত্তেজক অঙ্গ হিসাবে বর্ণনা করিয়াছেন। এই গবেষকেরা বলিয়াছেন যে, ভগাঙ্কুর এত সংবেদনশীল যে, উহা সঠিক উত্তেজনায় বাধা সৃষ্টি করে। নারীর যোনিমুখ সন্নিহিত সমস্ত স্থান এইদিক হইতে বেশী কার্যকরী, এই স্থানটি, বিশেষ করিয়া ভগাঙ্কুরের উপরের স্থান স্বল্প সংবেদনশীল বলিয়াই এই স্থানের উত্তেজনা ক্রমেই বৃদ্ধিপ্রাপ্ত হইয়া তীব্রতর হয়। যাঁহারা স্বমেহন করেন তাঁহারাই সঠিক-ভাবে বলিতে পারেন—কাহাদের উত্তেজনা অঙ্গ কোনটি। তাই যে সব পুরুষ স্ত্রীর ভগাঙ্কুরকে উত্তেজনা সৃষ্টির অঙ্গ হিসাবে গ্রহণ করেন তাঁহারা ভুল করেন।

আমরা ইহাকে অনর্থক সূক্ষ্ম ভাগাভাগি বা অহেতুক বাড়াবাড়ি বলি। ভগাঙ্কুর অনুভূতিশীল এ সম্পর্কে কোন মতভেদ নাই। যোনিমুখের চারিদিক বলিলে আবেষ্টনে ভগাঙ্কুরও আসিয়া পড়ে। ঠিক কোন্ অংশটুকু কতটা বা কোন্‌টার হইতে বেশী চেতনশীল তাহা লইয়া বাদানুবাদের কোনও অর্থ হয় না। নারী পুরুষের জানা থাকা চাই যে ঐ সারা অঞ্চলেরই সদ্ব্যবহার করিতে হইবে।

গবেষণা সম্পর্কে Dr. Masters এবং Mrs. Johnson নিজেরাই মন্তব্য করিয়াছেন—আমরা মানুষের যৌনসম্পর্ক বিষয়ে গবেষণাকে মর্যাদার আসনে প্রতিষ্ঠিত করিতে চাহিয়াছি—ভবিষ্যতের গবেষকেরা আমাদেরকেও অতিক্রম করিয়া মানুষকে আরও জ্ঞান এবং সত্য উপহার দিবেন। আমরাও তাহাই বলিব।

মোট কথা, মিলনের সময় মন্দগতিতে নারীর সাড়া জাগিবার আংশিক কারণ এই যে, পুরুষের মত তাহার সাড়া তৎক্ষণাৎ জাগে না এবং উহাতে পুরুষই সকর্মক ও

নিজের তৃপ্তিসাধনেই সে ব্যস্ত থাকে। পুরুষ সুরতের সম্ভাবনা আশা ও প্রতীক্ষাতে নারীকে দেখিলে তাহার সহিত প্রেমপূর্ণ ও সম্ভোগ সম্বন্ধীয় কথাবার্তাতে, মিলনে যে সমস্ত কলা-কৌশল অবলম্বন করিবে তাহাদের চিন্তায়, পূর্বে কোনও যৌন-অভিজ্ঞতার চিন্তায়, সেই নারীর অথবা অপর কোনও নারীর সহিত ভবিষ্যৎ সংযোগের উপায়ের চিন্তা প্রভৃতি নানা কারণে উদ্দীপিত হয় এবং কামযাত্রীর সহিত সংযোগে বাধা পড়িলেও সে উত্তেজিত থাকে; এবং সংযোগ হইলে, এমন কি তাহার পূর্ব হইতেই একেবারে সরাসরি চরমপুলকের লক্ষ্যে পৌঁছিবার জন্য প্রস্তুত ও ব্যস্ত। পক্ষান্তরে, নারীদের মধ্যে তিন ভাগের দুইভাগ (অর্থাৎ, টাকায় প্রায় সাড়ে দশ আনা—৬৬%) এই সমস্ত প্রকারের মানসিক ব্যাপারে প্রায় কিছুই উদ্দীপিত হয় না। এই জন্য সুরতের সময়ে কোন বাধা বা বিক্ষেপ ঘটিলে তাহার উত্তেজনা প্রায় একেবারেই জুড়াইয়া যায়, এবং তাহার কাম আবার প্রথম অবস্থা হইতে উদ্দীপিত করিতে হয়, সুতরাং তাহার চরম-তৃপ্তি পাইতে স্বতঃই বিলম্ব হয়।

মোটের উপর রতিক্রিয়ার স্বামীর সকর্মকতা ও নারীর অকর্মকতার কথা আসিয়াই পড়ে।

প্রতিষেধক ব্যবস্থাসমূহ

আমরা কারণগুলি উল্লেখ করিয়াছি। কতকটা প্রতিষেধকের বর্ণনাও পূর্বেই করিয়াছি এবং এখানে করিতেছি:

(১) কামোত্তেজিত হইতে নারীর বিলম্ব হয় বলিয়া স্বামীকে শৃঙ্গার করায় অভ্যস্ত হইতে হইবে।* শৃঙ্গারে যথেষ্ট সময় ব্যয় না করিয়া আঙ্গিক মিলন সংস্থাপন করিবে না।** শৃঙ্গারের কথা পূর্বেই আলোচনা করিয়াছি।

---

* শেখ নেফ্‌যাওযী তাঁহার 'সুগন্ধী কানন'-এ লিখেন:

"The following precepts, coming from a profound connoisseur in love affairs, are well known:

"Woman is like a fruit', which will not yield its sweetness until you rub it between your hands. Look at the basil plant if you do not rub it warm with your fingers it will not emit any scent. Do you know that the amber, unless it be handled and warmed, keeps hidden within its pores the aroma contained it. It is the same with woman. If you do not animate her with your toying, intermixed with kissing, nibbling and touching, you will not obtain from her what you are wishing; you will fell no enjoyment when you share her couch, and you will waken in her heart neither inclination nor affection, nor love for you, all her qualities will remain hidden."

তাঁহার নিজস্ব উপদেশও মূল্যবান:

"Thus it will be well to play with her before you introduce your verge and

(২) আমাদের সংস্কারগত শিক্ষার জন্য নারী বিহারে অকর্মক থাকে। মানসিক ঔদাসীন্যের প্রতিষেধকরূপে স্ত্রীকে অসহযোগিতা বর্জন করিয়া সকর্মক হইতে শিখাইতে ও উৎসাহিত করিতে হইবে। ডাঃ স্টেকেল একজন রমণীর কথা উল্লেখ করিয়াছেন যিনি মিলনকে বিধাতার অভিশপ্ত কার্য বলিয়া মনে করিতেন এবং প্রতি মিলনের পরক্ষণেই ভগবানের নিকট ক্ষমা প্রার্থনায় বসিয়া যাইতেন। ধর্মের দোহাই দিয়া এবং ধর্ম পুস্তক হইতে নরনারীর দৈহিক মিলনের উল্লেখ ও আলোচনা শুনাইয়া তবে তাঁহার মনোভাবের সংস্কার করা হয়।

অনেক স্ত্রীলোক এই ভুল ধারণা পোষণ করেন যে, তাঁহাদের চরমপুলকলাভ না হইলে আর গর্ভসঞ্চার হইবে না। প্রাচীন হেকিমী গ্রন্থ এই ভুল ধারণার জন্য অনেক অংশে দায়ী। এই মহিলারা শুধু গর্ভাবস্থাতেই মিলনে সহযোগিতা করেন। অন্য সময়ে কেবল বিরুদ্ধতাই করিয়া থাকেন। এই ধারণা নিতান্তই অমূলক। আমি একটু পূর্বেই বলিয়াছি, বৎসরের পর বৎসর নারীর সন্তান লাভ করা সত্ত্বেও চরমপুলকলাভ তাহার একবারও না হইতে পারে।

স্ত্রীর এই রতিতৃপ্তির উপরই বিবাহিত জীবনের সুখস্বাচ্ছন্দ্য নির্ভর করে এ কথা উভয়কেই মনে রাখিতে হইবে। শেখ নেফযাওয়ী তাঁহার "সুগন্ধি কানন" নামক পুস্তকে 'স্বামী-স্ত্রীর মধুর মিলন আল্লাহের অভিপ্রেত' এই ধরনের বহু মূল্যবান কথা বলিয়াছেন।

স্ত্রীকে মনোনিবেশ সহকারে সহযোগিতা করিতে হইবে। তাহাকে দাম্পত্য-বিহারের প্রত্যেক কার্যেই মনোনিবেশ ও উহাকে উপভোগ করিতে হইবে। চুম্বন, আলিঙ্গন, এমন কি অঙ্গ সঞ্চালন ও আঙ্গিক সঙ্কোচন প্রসারণ দ্বারাও উভয়ের আনন্দবর্ধন ও স্বামীকে সাহায্য করিতে হইবে।

উত্তেজক গল্প-গুজব

মিলনের পূর্বে ও সময়ে উত্তেজক গল্প বলিলে স্ত্রীর পক্ষে চরমপুলকলাভ সহজসাধ্য হয়। এই ধারণায় অনেকে 'উত্তেজক গল্পমালা' বলিয়া এক অধ্যায়ই তাঁহাদের যৌনশাস্ত্রে যোজনা করিয়া দিয়াছেন। ফরাসী ভাষায় ছোটখাটো নাটক, নভেল, পুস্তিকা,

---

accomplish the cohabitation. You will excite her by kissing her cheeks, sucking her lips and nibbling at her breasts. You will lavish kisses on her navel and thighs, and titillate the lower parts. Bite at her arms, and neglect no part of her body, cling to her bosom, and show her your love and submission. Interlace your legs with hers and press her in your arms."

** "A man must never permit himself the pleasure with his wife which he has not the skill to make her desire."—Balzac.

গল্পমালার অভাব নাই। আরবী ভাষায় "বৃদ্ধের যৌবনে প্রবর্ত্তন" পুস্তকে এইরূপ বহু গল্পের উল্লেখ আছে। "লয্যতন্নেসা", "বাহারে আয়েশ", "কোক শাস্ত্র" ইত্যাদিতেও এই সকলের উল্লেখ দেখা যায়।

ইংরেজিতে মঁপাসার বিস্তর ছোট গল্প এবং বোকাসিও প্রণীত ডেক্যামেরনের গল্পমালা দেখুন। বাস্তবিক পক্ষে এ সকলের কার্যকারিতা সম্বন্ধে কোনই সন্দেহ নাই। আমরা অন্যত্র যে যৌনবোধের দৈহিকতা এবং মনের সহিত সম্বন্ধের আলোচনা করিয়াছি তাহা হইতেই ইহা সুস্পষ্ট হইবে।

এই সকল গল্প জোড়াতালি দিয়া স্বামী নিজেই বানাইয়া লইতে পারে। তাহার কল্পনাই এ জন্য যথেষ্ট হওয়া উচিত। নিজের বা অপরের কল্পিত অভিজ্ঞতার কথা নাটকীয় ভাষায় বর্ণনা করিলেই হইল। অবশ্য স্ত্রীকে সতর্ক করা চাই যে, উহা নিছক কল্পনা মাত্র।

'একদিন রাত্রে স্বপ্ন দেখিলাম এইরূপ……' এইভাবে আরম্ভ করিয়া যথেচ্ছভাবে গল্প বানাইয়া বলা যায়। প্রায় নিত্য নূতন গল্প বলাও সম্ভবপর।

আমার কয়েকজন বন্ধু এইরূপ স্বকল্পিত গল্পের সহায়তা লইয়া খুব সফল হইয়াছেন।

লিখিত ছোট গল্প, নাটক, নভেল ও অশ্লীল চিত্র দিয়া প্রথম প্রথম উত্তেজনা দান করা গেলেও পরে উহাদের কার্যকারিতা কমিয়া আসে। সেইজন্য স্বকল্পিত গল্পের মূল্য বেশী। অবশ্য নূতন নূতন ভাবে বানাইতে হইবে।

(৩) স্বামীর অজ্ঞতা বা অবহেলা দূর হইবে শুধু যৌনবিজ্ঞানের প্রসারে। গোঁড়ামি ও গোঁয়ার্তুমি একই সঙ্গে অবস্থান করে। নিজে সব জানি ও বুঝি অথবা যাহা জানি তাহাই যথেষ্ট ; আর কিছু জানিয়া কাজ নাই—ইহাই সাধারণের মনোভাব।

আমরা আশা করি নিভূল যৌনবিজ্ঞানের আলোক আমাদের দেশবাসীর ঘরে ঘরে বিকীর্ণ হওয়ায় উহাতে শান্তি বিরাজিত হইবে।

রতিকালের স্থায়িত্ব

(৪) সবচেয়ে প্রধান সমস্যা হইল—পুরুষের শীঘ্র রেতঃস্খলন হইয়া যাওয়া। সহানুভূতিশীল স্বামীরও এ ক্ষেত্রে দুঃখিত ও লজ্জিত হইতে হয়। পাশ্চাত্য যৌন-শাস্ত্রবিদ্গণ রতিকালের স্থায়িত্ব সম্বন্ধে ব্যক্তিগত বিভিন্নতার কথা উল্লেখ করিয়াছেন। তাঁহাদের মধ্যে যে অভিমত প্রবল দেখা যায় তাহা এই যে, আঙ্গিক মিলন সংস্থাপনের পরে পুরুষ কয়েক মিনিটের বেশী বীর্যধারণে সক্ষম হয় না।

অনেকের মতে রতিকালের স্থায়িত্ব সাধারণত তিন মিনিট।

স্টোন দম্পতি তাঁহাদের 'A Marriage Manual' পুস্তকে ব্যক্তিভেদে দুই-চারিটি

ক্ষেত্রে ১৫/২০ মিনিটকাল বীর্যধারণে সক্ষমতার কথা স্বীকার করিয়া বলেন যে, অনেকেই আবার দুই-এক মিনিটেই প্রান্তসীমায় পেঁছায়। তাঁহাদের মতে গড়ে তিন হইতে পাঁচ মিনিটকালই উহার স্থায়িত্ব।

ইহা সত্য হইলে মনে করিতে হইবে যে, পাশ্চাত্য দেশের পুরুষদের ধারণশক্তি অতিশয় কম।

তবে ডাঃ ডিকিনসন ৩৬২টি ক্ষেত্রে লক্ষ্য করেন যে, শতকরা ৪০ জন আঙ্গিক মিলনের পরে পাঁচ মিনিটের পূর্বেই, শতকরা ৩৪ জন পাঁচ হইতে দশ মিনিটকাল এবং বাকী ২৬ জন ১৫ মিনিট হইতে এক ঘণ্টা বা তাহারও বেশী সময়ে শুক্রস্খলন করিত।

তাঁহার বিস্তীর্ণ অনুসন্ধানের ফলে তিনি মনে করেন যে, প্রতি ৮/৯ জনের মধ্যে একজন আঙ্গিক মিলনের সঙ্গে সঙ্গেই রেতঃপাত করে; প্রত্যেক ৬ জনের মধ্যে একজন তিন মিনিটের বেশী ধৈর্য ধরিয়া থাকিতে পারে না; শতকরা ৪০ জনই তিন মিনিটের মধ্যে শেষ করিয়া বসে; শতকরা ৪৩ জন ৫ হইতে ১৫ মিনিট পর্যন্ত ধারণ করিতে পার, বাকী ১৭ জন ১৫ মিনিট হইতে যতক্ষণ ইচ্ছা ঐরূপ করিতে পারে।

ডাঃ ডিকিনসনের অভিমতই অবশ্য অনুপাতের সূক্ষ্মনতা বাদ দিয়া, আমাদের নিকট সর্বাপেক্ষা নির্ভরযোগ্য মনে হয়।

টারম্যান 'সহবাসের সময়ের দৈর্ঘ্য' সম্পর্কে অনুসন্ধান করিয়া তাঁহার পরীক্ষাক্ষেত্র সমূহ হইতে কতকটা তথ্য উদ্ঘাটন করিয়াছেন। তাঁহার প্রশ্ন এরূপ ছিল ঃ

আপনাদের এক একবারের সহবাস সাধারণত কতক্ষণ ধরিয়া চলে? (অঙ্গ সংযোগের পূর্বকার শৃঙ্গারের সময় ধরিবেন না। গড়পড়তা কত মিনিট চলে তাহাই লিখুন।)

তিনি স্বীকার করেন যে, এ সম্বন্ধে নির্ভুল তথ্য পাইতে বাধা অনেক। প্রথমত, ঘড়ি ধরিয়া কেহ তথ্য রাখেন না। দ্বিতীয়ত, স্ফুর্তির সময় খুব শীঘ্র চলিয়া যায় বলিয়া মনে হয়। তৃতীয়ত, স্বীয় ক্ষমতা সম্বন্ধে বাড়াইয়া বলিবার অভ্যাস অনেকের আছে। তবুও মোটামুটিভাবে, স্বামী ও স্ত্রী উভয়ের ভিন্ন ভিন্ন মত পর পৃষ্ঠার তালিকার মত তিনি পাইয়াছিলেন ঃ

পাশ্চাত্য দেশে দীর্ঘকাল বীর্য ধারণে সক্ষম পুরুষ কম ইহাও স্বীকৃত হইয়াছে। ডাঃ স্টোন, ডাঃ ভেল্ডি ও ডাঃ হ্যাভলক এলিস এ সম্বন্ধে একমত।

ডাঃ ভেল্ডি বলেন যে, যে জাতি ত্বকচ্ছেদ (circumcision) করিয়া থাকে, সে জাতির পুরুষেরা বেশীক্ষণ বীর্যধারণ করিতে পারে। ইহুদী ও মুসলমান জাতি এই পর্যায়ে পড়ে।

ত্বকচ্ছেদের কথা আমরা একটু পরেই আলোচনা করিতেছি, কিন্তু এই প্রসঙ্গে এখানে বলা দরকার, আমার ব্যক্তিগত অনুসন্ধানের ফল এই যে, বহু মুসলমান পুরুষই দাম্পত্য-

স্বামী ও স্ত্রীর সহবাসের স্থায়িত্ব সম্বন্ধে ধারণা

সহবাসের সময় (মিনিটে)	স্বামীর ধারণা (৭৫৩ জন) শতকরা	স্ত্রীর ধারণা (৯৮ জন) শতকরা
৩ মিনিটের নীচে	১১'৪	১৩'৬
৩—৭	২৯'৮	৩০'৩
৮—১২	২৩'৫	২৫'৮
১৩—১৭	১৬'৩	১০'৪
১৮—২২	১০'৪	৯'০
২৩—২৭	১'৫	০ ৮
২৮—৩২	৫'৪	৫'৪
৩২ মিনিটের উপরে	১'৭	১'৭

বিহারে অভ্যস্ত হইবার পর সামান্য চেষ্টাতেই পাঁচ হইতে দশ মিনিট পর্যন্ত বীর্যধারণ করিতে পারে। ডাঃ এলিস ও ডাঃ ভেল্ডি লিখিয়াছেন যে, এই ক্ষমতা স্ত্রীর পক্ষে অত্যন্ত পুলকদায়ক।

নাটক-নভেলে তাই রতি-উন্মত্তা নারীর বহুভোগের পরিশেষে ত্বকচ্ছেদনকারী জাতির পুরুষকে পছন্দ করা বিচিত্র নহে।

এলিস এই বলিয়া দুঃখও করিয়াছেন যে, এই সকল জাতির তুলনায় ইউরোপীয় পুরুষেরা কম রতিক্ষম এবং এ সম্বন্ধে উহারা অনেকটা উদাসীনও বটে। ইহাতে মনে হয়, প্রাচ্যদেশে, বিশেষত পাক-ভারত-বাংলাদেশে রতিকালের স্থায়িত্ব গড়পড়তায় বেশীক্ষণ।

আমরা বলিয়াছি, **সঙ্গমের পৌনঃপুনিকতা অপেক্ষা রতিকার্যের স্থায়িত্বই নারীর পুলকাবেগ লাভে অধিক সহায়তা করিয়া থাকে।** ইউরোপীয় শীতপ্রধান দেশসমূহে নারীর উত্তেজনা স্বভাবতই বিলম্বে উদ্রিক্ত হয়। কাজেই তিন-চার মিনিটে পুরুষের শুক্র স্খলিত হইয়া গেলে নারীর পুলকাবেগ ত দূরের কথা তাহার সম্যক উত্তেজনা লাভের পূর্বেই পুরুষ নিস্তেজ হইয়া পড়ে। ইউরোপীয় পুরুষগণ মোটামুটি প্রাচ্যের পুরুষ অপেক্ষা কর্মক্ষম ও শক্তিশালী হইয়াও বীর্যধারণ ক্ষমতায় উহাদের চেয়ে নিস্তেজ হইয়া থাকে। ইউরোপ অঞ্চলের দাম্পত্যজীবনের বিরুদ্ধে নারীর বিদ্রোহের ইহাও যে অন্যতম কারণ নয়, তাহা কে বলিতে পারে ?

ডাঃ এক্সনার (Exner) তাঁহার "The Sexual Side of Marriage" পুস্তকে এই সমস্যার উল্লেখ করিয়াছেন। তিনি বলেন—এমন কতক লোক আছেন যাঁহারা নিজেদের উত্তেজনা নিয়ন্ত্রিত করিতে সক্ষম হইয়া স্ত্রীর পুলকানুভূতির চরম অবস্থা পর্যন্ত

দেরী করিতে পারেন। এমন কতক লোক আছেন যাঁহারা এইরূপ করিতে পারা সত্ত্বেও স্ত্রীর প্রয়োজনের কথা না জানিয়া অথবা গ্রাহ্য না করিয়া এরূপ অপেক্ষা করেন না। যাহা হউক, অনেক পুরুষেরই স্ত্রীকে তৃপ্ত করিবার একান্ত সদিচ্ছা থাকা সত্ত্বেও তাঁহারা কার্যত ঐরূপ করিতে পারেন না এবং এই অক্ষমতার জন্যই অধিকাংশ নারী অধিকাংশ বার চরম পুলকলাভে বঞ্চিতা হইয়া ক্রমশ অসুখী ও অসুস্থ হইয়া পড়ে। সকলেরই অনুসন্ধানক্ষেত্রসমূহে ঐ একই দুঃখ ও বিরক্তির অভিযোগ—"স্বামী অতি শীঘ্র শেষ করিয়া ফেলেন।"

ডাঃ হ্যামিল্টন একশত বিবাহিত পুরুষকে জিজ্ঞাসা করিয়াছিলেন, "আপনি কি মনে করেন, আপনার রেতঃস্খলন স্ত্রীর তৃপ্তির পূর্বেই হইয়া যায়?" পঞ্চাশ জন স্বীকার করেন, "হ্যাঁ" (পনের জন দ্বিধা সহকারে)। মাত্র আটাশ জন নিঃসঙ্কোচে "না" বলেন।

একশত বিবাহিতা নারীকে ঐরূপ প্রশ্ন করা হইয়াছিল—"আপনি কি বিশ্বাস করেন যে, আপনার রতিতৃপ্তির পূর্বেই আপনার স্বামীর শুক্রস্খলন হইয়া যায়?" আটচল্লিশ জন বলেন, "হ্যাঁ" (এগার জন দ্বিধা সহকারে)। মাত্র তেত্রিশ জন বিনা সঙ্কোচে "না" বলেন।

—"আপনি কি বিশ্বাস করেন যে, যদি আপনার স্বামী বীর্যধারণে আরও সক্ষম হইতেন, তাহা হইলে আরও বেশীবার আপনার রতিতৃপ্তি সম্ভবপর হইত?" এই প্রশ্নের উত্তরে একশত জন মহিলার মধ্যে তেতাল্লিশ জন "হ্যাঁ" বলেন। স্বামীদের উত্তরে ইহার বহু সমর্থন পাওয়া যায়।

—"আপনার স্বামীর রেতঃস্খলন হইয়া যাওয়ার পরে কি আপনি কখনও কখনও অসন্তোষ বোধ করেন?" ইহার উত্তরে চুয়াত্তর জনই "হ্যাঁ" (উনিশ জন দ্বিধা সহকারে) বলেন; মাত্র আট জন নিঃসঙ্কোচে "না" বলেন। ইহারা খুব সম্ভব মৃদুকামী অথবা একেবারে রতিজড়।

এই সমস্ত প্রশ্ন করা আমাদের দেশে অমার্জনীয় পাপ বলিয়া মনে করা হইতে পারে কিন্তু পাশ্চাত্য দেশের সদিচ্ছা প্রণোদিত অনুসন্ধিৎসা বাস্তবিকই প্রশংসনীয়। স্বামী স্ত্রীর অকপটে এই রকম উত্তর দেওয়া তাঁহাদের পক্ষেও পরম সৌজন্যের কথা।

বস্তুত আমাদের এই অধ্যায়ের সর্বপ্রধান সমস্যাই রতিজীবনের দম্পতির পারস্পরিক তৃপ্তিলাভ—এই আলোচনা লইয়া। অথচ কত বড় বিঘ্নই যে এখানে রহিয়াছে যাহারা তাহা জানে না তাহারা অজ্ঞ, যাহারা জানিয়াও প্রতিকারের চেষ্টা করে না তাহারা স্বার্থপর ও অত্যাচারী, যাহারা চেষ্টা করিয়াও বিফল হইয়াছে তাহাদের প্রতি আমাদের আন্তরিক সহানুভূতি জাগে। সকলেরই মঙ্গলকামনায় আমাকে এখানে এত দীর্ঘ আলোচনার অবতারণা করিতে হইতেছে।

আলোচনার সারমর্ম

কথায় কথায় অনেক দূরে আসিয়া পড়িয়াছি; পাঠক-পাঠিকা সূত্র না হারাইয়া ফেলেন এইজন্য আমি সুদীর্ঘ আলোচনার সারমর্মের পুনরুল্লেখ করিতেছি—

(১) দম্পতির রতিজীবনে প্রথম সমস্যার বিষয়ই হইয়াছে নারীর চরমতৃপ্তি। সমস্যা বলা হইল এইজন্য যে, পুরুষের পক্ষে উহা অনায়াসসাধ্য হইলেও নারীর পক্ষে অপেক্ষাকৃত দুর্লভ।

(২) কোটি কোটি ক্ষেত্রে অজ্ঞতা বা স্বার্থপরতার দরুন স্বামী এ বিষয়ে লক্ষ্য করে না এবং স্ত্রী অতৃপ্ত থাকিয়া যায়। ক্রমাগত এই অতৃপ্তি উহার শারিরিক ও মানসিক বিষম বিপর্যয়ের কারণ হইয়া দাঁড়ায়।

(৩) ইহার সমাধানই হইল কলারূপে মিলনের চর্চা। ইহার জন্য যে জ্ঞান ও কৌশলের দরকার তাহার অনেকটা ইতিপূর্বেই আলোচিত হইয়াছে। শৃঙ্গারের আবশ্যকতা ও প্রক্রিয়া উহার মধ্যে সবচেয়ে উল্লেখযোগ্য। ইহারও আলোচনা পূর্বেই করিয়াছি।

(৪) স্বামীর বীর্যধারণের উপযুক্ত ক্ষমতা না থাকিলে শুধু শৃঙ্গারই যথেষ্ট হইবে না। অবশ্য অতিমাত্রায় শৃঙ্গারের সাহায্যে অল্পক্ষণের মিলনেই দুই-এক ক্ষেত্রে স্ত্রীর তৃপ্তি সম্ভবপর হইলেও অধিকাংশ স্থলে হয় না এবং হওয়াও উচিত নয়।

ইহার কারণ ঃ

(ক) শৃঙ্গার মিলনের সবটুকু নহে। মিলনের জন্য প্রস্তুতি মাত্র।

(খ) শৃঙ্গারে উত্তেজনা বারের পর বারে কমিতে থাকে। দৃষ্টান্তস্বরূপ নিজের স্ত্রীর ও অপর নারীর সংস্পর্শের ফলে তারতম্য ধরা যাইতে পারে। অপর নারীর সামান্য স্পর্শে যে উত্তেজনার সৃষ্টি হয় নিজের স্ত্রীর অধিক স্পর্শেও তাহা হয় না। তাহার কারণ অভিনবত্বের অভাব। শৃঙ্গারও একঘেঁয়ে হইয়া গেলে তাহার উত্তেজনা-ক্ষমতা কমিয়া আসে।

(গ) নূতন নূতন প্রক্রিয়া প্রেমক্রীড়ার শক্তিবৃদ্ধি করিতে পারে। এইজন্য উহাতে নানা কৌশলের ব্যবহার করিতে হইবে। কিন্তু তাহা সত্ত্বেও জননেন্দ্রিয়ে অসংখ্য স্নায়ুপ্রান্ত (nerve-endings) উপযুক্ত অনুভূতির অপেক্ষায় থাকিবেই। ইহাতে আঙ্গিক মিলন ও আঙ্গিক তৎপরতার দরকার হইবে। মিলনের চরমানন্দ পাইতে পুরুষ অপেক্ষা নারীর বেশী সময় লাগিয়া থাকে। এইজন্যই স্ত্রীর চরম মুহূর্ত না আসা পর্যন্ত স্বামীকে বীর্যধারণ করিয়া থাকিতে হইবে।

(ঘ) মিলনকে যদি আনন্দক্রীড়া বলিয়াই ধরিতে হয়, তবে উহাতে শৃঙ্গারেই বহুক্ষণ ব্যয় করিয়া পরবর্তী পরম আনন্দের সময়কে অত্যন্ত সংক্ষেপ করার অর্থ হয় না। অবশ্য না পারিলে আর কি করা যায়।

আমরা যে সমস্ত অনুসন্ধানের ফল লিপিবদ্ধ করিলাম তাহা হইতে অনুমিত হইবে যে, অধিকাংশ পুরুষেরই অতি শীঘ্র রেতঃস্খলন হইয়া যায়। ইউরোপ ও আমেরিকায় ইহা একটি সাধারণ ব্যাপার। আমাদের দেশেরও সাধারণ অভিযোগ ইহাই হইবার কথা।

আমরা দেখিয়াছি, পাশ্চাত্য দেশেও কতকে যথেষ্ট সময় বীর্য ধারণে সক্ষম। এতদ্ব্যতীত ত্বকচ্ছেদ করিয়া থাকে এমন জাতির কতক পুরুষের পক্ষে ঐ ক্ষমতা থাকার কথা স্বীকৃত। তাই আমরা অসামর্থ্যের কথা মানিয়া লইতে রাজী নহি। যদি সকল দেশেই কতক ব্যক্তি বা জাতি-বিশেষের অনেক ব্যক্তি বীর্যধারণে সমর্থ হয় তবে অপরেই বা পারিবে না কেন? শারীরিক বা প্রাকৃতিক নিয়মই যদি আমাদের ক্ষমতাকে অত সংকীর্ণ বা সীমাবদ্ধ করিয়া থাকে, তবে অবশ্য বলিবার কিছু থাকিত না। কিন্তু তাহা হইলে অত অধিক ব্যতিক্রম দেখা যাইত না।

আমার প্রতিপাদ্য বিষয় এই যে, রতিবাসনার দ্বারা রতিকালের স্থায়িত্ব বাড়ানো সম্ভবপর।

কেনেথ ওয়াকার বলেন ঃ

"SEXUAL UNION—The end result of the sex drive—the act of coitus or copulation—is an exceedingly complex activity, and one which varies greatly in different animals. Although many reflex-mechanisms play a part in it, coitus cannot be regarded merely as a chain of involuntary reflexes. Conscious control of the sex act is possible to a much higher degree than is usually believed. By the exercise of the will the sequence of events that constitutes coitus can be interrupted abridged, or prolonged, according to desire. But such control needs cultivation and practice, and in majority of European countries the art of coitus receives no attention. It is only in some of the Southern European countries and in the East that 'love' is treated as an art. In such countries the man who exercise no control over his ejaculatory mechanism is considered sexually sub-normal."

॥ বারো ॥

রতিসাধনা

সাধনার নানা প্রচেষ্টা

রতিশক্তি মানবের দৈহিক একটা শক্তি। অন্যান্য অঙ্গের শক্তি, আকার ও সুস্থতার ন্যায় যৌন অঙ্গের শক্তি, আকার ও সুস্থতা অনুশীলন দ্বারা বৃদ্ধি করা যাইতে পারে। আমরা যেমন বুক-ডন, বৈঠক, ডামবেল, মুগুর প্রভৃতি বিভিন্ন অঙ্গচালনা ও যন্ত্রপাতির সাহায্যে ব্যায়াম দ্বারা আমাদের বিশেষ বিশেষ অঙ্গের ও সাধারণভাবে স্বাস্থ্যের উন্নতি করিতে পারি, আমাদের জননেন্দ্রিয় ও তৎসম্পর্কিত যন্ত্রগুলি সম্বন্ধেও অনেকটা এ কথাই সত্য।

ইহাতে অন্যায় কিছুই নাই। আমরা হাত-পা প্রভৃতি অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ যদি বিভিন্ন অভ্যাসের দ্বারা উন্নত, শক্তিশালী ও সুন্দর করিতে পারি, তবে বিভিন্ন প্রক্রিয়া অবলম্বন করিয়া আমাদের যৌন-অঙ্গসমূহকে কেন অধিকতর শক্তিশালী ও সবল করিব না, তাহার কি কোনও যুক্তিসঙ্গত কারণ আছে?

নর ও নারীর আগ্রহ ও চেষ্টা রতিসুখ-বর্ধনের দিকে যতটা নিবদ্ধ হইয়াছে ততটা বোধহয় অন্য কোনও দিকে হয় নাই। ইহা খুব স্বাভাবিক বটে।

জীবনের সবচেয়ে তীব্র আনন্দানুভূতি অনেক ক্ষেত্রেই ক্ষণকাল স্থায়ী। কেবল তাহাই নহে; নানা দোষত্রুটিতেও উহা ব্যাহত হইয়া পড়ে। তাই কি করিয়া ঐ সমস্ত দোষমুক্ত হইয়া নর ও নারী প্রকৃতিদত্ত বৃত্তির ন্যায্য, সুষ্ঠু এবং সম্যক উপভোগ করিতে পারে তাহার প্রচেষ্টায় ব্যাকুল হইয়াছে। ইহার জন্য অপেক্ষাকৃত বুদ্ধিমান লোকেরা, বিশেষ করিয়া হাকীম, কবিরাজ ও ডাক্তারেরা এ সম্বন্ধে অনুসন্ধান এবং গবেষণা করিবার প্রয়াস পাইয়াছেন।

এই অনুসন্ধিৎসা, এই গবেষণা, এই ব্যাকুল প্রচেষ্টার ইতিবৃত্ত খুবই চিত্তাকর্ষক ও গৌরবময়। কিন্তু সদিচ্ছাসত্ত্বেও গবেষকদের মতামত অনেক ক্ষেত্রেই উদ্ভট ও রহস্যময় হইয়া পড়িয়াছে।

আবার এই মতান্তর, মতের এই রহস্যময় প্রকৃতির সুযোগ গ্রহণ করিয়া, ব্যবসাদারগণের 'অব্যর্থ', 'অমূল্য', 'স্বপ্নাদ্য', 'সন্নাসী প্রদত্ত' ইত্যাদি আখ্যাত মন্ত্র-তন্ত্র, ঔষধ ও প্রক্রিয়া গোপনে ও প্রকাশ্যে চালাইবার অভিযান চলিয়াছে। জনসাধারণ গবেষকদের প্রতি আস্থাবান না থাকিয়া কুচক্রী ব্যবসাদারদের হাতে প্রতারিত হইয়াছে এবং হইতেছে। ফলে এক সংকটময় পরিস্থিতির উদ্ভব হইয়াছে।

মানুষ প্রতারিত হইবার ভয়ে কি নিশ্চেষ্ট হইয়া বসিয়া থাকিবে? তাহা হইলে কি সে ন্যায্য উপভোগ হইতে বিরত বা বাধাপ্রাপ্ত হইতেই থাকিবে?

অথচ, মানুষ অপর সব বিষয়ে বুদ্ধিবলে, কলাকৌশলে, ঔষধ প্রয়োগে, সাধ্যসাধনায় নিজের অবস্থার উন্নতি করিয়াই চলিয়াছে।

অসংখ্য পাঠক-পাঠিকা, বন্ধু-বান্ধবের পত্রে বা আলাপে এই প্রশ্নই বারে বারে উঠিয়াছে—এ ক্ষেত্রে উপায় কি ?

এই প্রশ্নের সম্যক উত্তর না হউক, এই সমস্যার পূর্ণ সমাধান না হউক, অন্তত এ সংকটময় পরিস্থিতিতে কতদূর কি করা যাইতে পারে—এ পরামর্শ হিতৈষী হিসাবে আমাকে দিতেই হইবে।

সাধারণ স্বাস্থ্যের কর্ষণ

আমাদের সাধারণ স্বাস্থ্যের সহিত আমাদের রতিশক্তি ঘনিষ্ঠভাবে সম্বন্ধযুক্ত। যাহারা নীরোগ, যাহাদের সাধারণ স্বাস্থ্য ভাল, তাহাদের মধ্যে সাধারণত যৌনদুর্বলতা থাকা উচিত নয়। তবুও সাধারণত স্বাস্থ্যবান বহু লোকের মধ্যে রতিদৌর্বল্য দৃষ্টিগোচর হয়। তাহা যৌনশালীনতা, যৌনজ্ঞানের অভাব, নিজ শক্তিতে মিথ্যা সন্দেহ ও অবিশ্বাস, ভয় প্রভৃতি নানা কারণে হইয়া থাকে। উপযুক্ত চেষ্টাতেই ঐ প্রকারের দুর্বলতা দূর করা সম্ভব হইয়া থাকে।

এখন কথা এই যে, সাধারণ স্বাস্থ্যরক্ষার উপায় কি কি ? ইহার উপায়ঃ

(১) পরিমিত ও নিয়মিত আহার, বিহার, ব্যায়াম, বিশ্রাম ও নিদ্রা।

(২) পুষ্টিকর এবং খাদ্যপ্রাণ (Vitamin) ও ধাতব লবণ-সংযুক্ত খাদ্য গ্রহণ। যথা—দুধ, ঢেঁকিছাঁটা চাউলের ফেন বা গালা ভাত, ডাল, গমের ভূষিসংযুক্ত আটা, শাক (বিশেষত পালং), তরকারী (বিশেষত টম্যাটো বা বিলাতী বেগুন এবং শিম, কড়াইশুঁটি ও বরবটি), ফল (বিশেষত কলা, পাতি ও কমলা লেবু), ঘি-মাখন, ডিম, মাছ এবং মাংস। অধিক চিনি, আতপ চাউল, মাংস ও ভাজা বর্জনীয়। (এ সম্পর্কে আচার্য প্রফুল্লচন্দ্র ও হরগোপাল বিশবাস প্রণীত "খাদ্যবিজ্ঞান" এবং পশুপতি ভট্টাচার্যের "আহার ও আহার্য" দ্রষ্টব্য। আমার 'মাতৃমঙ্গল' পুস্তকেও এ প্রসঙ্গে বিস্তারিত আলোচনা করিয়াছি।)

(৩) অতিভোজন, রাত্রি জাগরণ, অপরিমিত পরিশ্রম, দুশ্চিন্তা, অতিমাত্রায় চা, কফি, তামাক, সিগারেট, নস্য ও মদ্য প্রভৃতি বর্জন।

(৪) বিশুদ্ধ বায়ু সেবন।

(৫) পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন থাকা।

যৌনস্বাস্থ্য রক্ষার সাধারণ উপায় প্রথম জীবনে ও বিবাহের পরে সংযত আচরণ। আমাদের দেশে প্রাচীন প্রথানুসারে প্রত্যেক পুরুষকে বাল্যে গুরুগৃহে শিক্ষালাভ ও ব্রহ্মচর্য পালন করিতে হইত। বর্তমান যুগে এ প্রথা অচল হইয়া গিয়াছে। কারণ,

ইহার আনুষঙ্গিক অতি প্রয়োজনীয় অনেক সংস্কার সাধিত হয় নাই। বর্তমান কালোপযোগী যৌনশিক্ষার ব্যবস্থা করিয়া ছেলেমেয়েকে শৈশব হইতেই সংযমে অভ্যস্ত করিতে হইবে। বাল্যকালে সংযমের দ্বারা দেহের অস্থিমজ্জা পরিপক্ক করিবার পর মানুষ সংযত রতি জীবনযাপনে রত হইলে তদ্দ্বারা দৈহিক কোনও অনিষ্ট হইতে পারে না। বরং ঐ অবস্থায় সে নিজের রতিশক্তিকে যথেষ্ট ব্যবহার করিতে পারে।

বস্তিলোম মুণ্ডন

পূর্বকালে গ্রীক ও রোমানেরা নারীর বস্তিলোম মুণ্ডনকে নারী সৌন্দর্যের অবিচ্ছেদ্য অঙ্গ বিবেচনা করিত। শরিয়তের আদেশ অনুযায়ী মুসলমানেরাও ইহা মুণ্ডন করিয়া ফেলে। কিন্তু ইউরোপীয় সভ্যজাতিসমূহ নারীর যৌনকেশ সযত্নে রক্ষা করিয়া থাকে। ইহাকে ইউরোপীয়েরা নারীর সৌন্দর্যের অঙ্গ মনে করিয়া থাকে। কাহারও কাহারও অভিমত এই যে, অত্যধিক শৈত্যের প্রকোপ হইতে নারীর যৌনপ্রদেশকে রক্ষা করিবার জন্যই ইউরোপীয়েরা অন্যান্য দিকে পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন হইয়াও নারীর যৌনকেশ মুণ্ডন করিবার পক্ষপাতী নহেন। কিন্তু এই যুক্তি কাল্পনিক, কারণ—উক্ত স্থান যথেষ্ট বস্ত্রাদি দ্বারা আবৃত থাকে। ইহাও দেখা যায় যে, গ্রীষ্মপ্রধান দক্ষিণ-আফ্রিকার নিগ্রোদের মধ্যেও নারীর যৌনকেশ রক্ষার প্রথা আছে। উত্তর ইংল্যাণ্ডের নারীর যৌনকেশ লইয়া ঐরূপ বিলাসিতা করিবার দৃষ্টান্ত দেখিতে পাওয়া যায়। ডাঃ ব্রাণ্টন বলিয়াছেন, ষোড়শ শতাব্দীর অভিজাত ফরাসী রমণীরা নিজেদের যৌনকেশ মাথার কেশের মতই সযত্নে দীর্ঘ করিতেন।

বাতিকর্ষণের একটি দৈহিক উপযোগিতা যৌনকেশ মুণ্ডন। আমাদের এসব দেশে হিন্দুদের মধ্যে কতক লোক এবং মুসলমানেরা সকলেই যৌনকেশ মুন্ডন করিয়া ফেলে। রতিক্রিয়ার উপযোগিতা লাভের জন্য ইহা কতকটা প্রয়োজনীয়। কারণ, মিলনের সময়ে কনডম ব্যবহার করিলে অনেক ক্ষেত্রে গোড়ার দিকে যৌনকেশ জড়াইয়া গিয়া অসুবিধার সৃষ্টি করে। ইহা স্বামীর সম্পূর্ণ স্পর্শমিলনেরও খানিকটা প্রতিবন্ধকতা করে। ইহা ছাড়া ইহাতে ধুলা, বালু, ময়লা জমিলে অনিষ্টকর পরিস্থিতির সৃষ্টি হতে পারে। ইহা মুণ্ডন করিয়া ফেলিলে অঙ্গ পরিষ্কার দেখায় এবং মনে পরিচ্ছন্নতার বোধ আসে; গ্রীষ্মকালে ঘর্মজাত ময়লা ও দুর্গন্ধ নিবারিত হয়।

একজন পাঠক এই বলিয়া আপত্তি করিয়াছেন যে, যৌনকেশের স্পর্শন উত্তেজক এবং মুণ্ডন করিবার পরে কেশের মূল পীড়াদায়ক হইতে পারে। তবে রোজ রোজ বা সপ্তাহে মুণ্ডন করিবার দরকার নাই। মাসে একবার করিলেই উহা সংযত থাকিবে এবং দুই এক দিনের বেশী কেশের মূল তীক্ষ্ণ থাকিবে না। সাধারণত স্ত্রীর ঋতুকালের প্রারম্ভে উভয়েই মুণ্ডন করিলে বিরতির সময়টায় কেশের শীর্ষ নরম হইবে।

লোমনাশক চূর্ণ—যাঁহারা ক্ষুর ব্যবহার করিতে ভয় পান তাঁহারা ব্লেড, খুব মিহি ক্লিপ, ভাল কাঁচি, অথবা লোমনাশক চূর্ণ* ব্যবহার করিতে পারেন।

ত্বকচ্ছেদ—ইতিহাস, প্রসার ও গুণাগুণ

রতিশক্তি সাধনায় বিশেষ সহায়তা করিয়া থাকে এমন কতকগুলি কার্যের মধ্যে ত্বকচ্ছেদ বিশেষ উল্লেখযোগ্য।

ইহুদী, খ্রীস্টান ও মুসলমানেরা ত্বকচ্ছেদের উৎপত্তির সন্ধান দেখেন বাইবেলে এ্যাব্রাহাম (ইব্রাহিম) পয়গম্বরের জীবনবৃত্তান্ত হইতে। জেহোভা নাকি হঠাৎ উহাকে বৃদ্ধ বয়সে ত্বকচ্ছেদ করিবার হুকুম দেন এবং শুধু তাহাই নহে—উহার বংশধর সবাইকে উহা করিবার বা করাইবার রীতি কঠোরভাবে চালাইয়া দেন। আমরা বাইবেল হইতে উদ্ধৃত করিতেছি ঃ

"ত্বকচ্ছেদের নিয়ম স্থাপন ঃ "১৭ আব্রাহামের নিরানব্বই বৎসর বয়সে (এত বিলম্বে ?) সদাপ্রভু তাঁহাকে দর্শন দিলেন ও বলিলেন, আমি সর্বশক্তিমান ঈশ্বর, তুমি আমার সাক্ষাতে গমনাগমন করিয়া সিদ্ধ হও। তোমাদের সহিত ও তোমার বংশধরের সহিত কৃত আমার যে নিয়ম তোমরা পালন করিবে তাহা এই, তোমাদের প্রত্যেক পুরুষের ত্বকচ্ছেদ হইবে। তোমরা আপন লিঙ্গাগ্রচর্ম ছেদন করিবে পুরুষানুক্রমে তোমাদের প্রত্যেক পুত্র সন্তানের আট দিন বয়সে ত্বকচ্ছেদ হইবে……কিন্তু যাহার লিঙ্গাগ্রচর্ম ছেদন না হইবে, এমন অচ্ছিন্নত্বক পুরুষ আপন লোকদের মধ্য হইতে উচ্ছিন্ন হইবে ; সে আমার নিয়ম ভঙ্গ করিয়াছে।…

পরে কথোপকথন সাঙ্গ করিয়া ঈশ্বর আব্রাহামের নিকট হইতে ঊর্ধ্বে গমন করিলেন।" (ঈশ্বর কি মাটিতে নামিয়া আসিয়াছিলেন ?)

যাহা হউক ঃ

"২৩ পরে আব্রাহাম আপন পুত্র ঈশ্মায়েলকে ও আপন গৃহজাত মূল্য দ্বারা ক্রীত সকল লোককে, আব্রাহামের গৃহে যত পুরুষ ছিল সকলকে লইয়া ঈশ্বরের আজ্ঞানুসারে সেই দিনে তাহাদের লিঙ্গাগ্রচর্ম ছেদন করিলেন।"

যুক্তিবাদী মানুষ এখন আর ওরকম উদ্ভট কেচ্ছা মানিতে রাজী নন। কেচ্ছায় ত্বকচ্ছেদের গুণাগুণ বর্ণনা করা হইল না। উহা এত বড় পালনীয় কর্তব্য হইলে এতদিন কেন উহার প্রবর্তন হইল না তাহাও বুঝা গেল না। আবার শুধু মাত্র জগতের এক কোণের এক বৃদ্ধের মারফতে এত বড় ও কড়া হুকুম চালাইলে সারা দুনিয়ার অপর (তখনকার) লক্ষ লক্ষ মানুষ জানিবে বা পালন করিবে কি করিয়া।

* বাজারে প্রচলিত নিউ ভীট (New Veet), ডিপিল (Depil), নিউটেক্স (Neutex) ব্যবহার করা যাইতে পারে।

মোটের উপর ধর্ম প্রবর্তকদের কঠোরভাবে আইন প্রবর্তন করিবার কৌশলই স্বর্গের দোহাই পাড়া। বোধহয়—আব্রাহাম দেখিয়া, শুনিয়া, বা ভাবিয়া হঠাৎ ঐ প্রথা প্রবর্তনে উদ্যোগী হইলেন। উহা না করার শাস্তি হিসাবে সমাজচ্যুতি এবং পরে এমনকি মৃত্যুদণ্ডের পর্যন্ত হুকুম হইল।

ইহুদীরা কঠোরভাবে এই প্রথা পালন করেন দেখিয়া—গ্রীক-রোমীয়েরা উহাদিগকে টিটকারী দিতেন এবং রোমীয় শাসকেরা উহার বিরুদ্ধতা করিতেন। এমনকি শাস্তিরও ব্যবস্থা করিতেন।

খ্রীস্টানেরা কিন্তু অত কড়া হুকুমের তাবেদার নন। সেণ্ট পিটার ত্বকচ্ছেদের পক্ষপাতী ছিলেন। সেণ্ট পল নিজের ত্বকচ্ছেদ করানো ছিল এবং তিনি সেণ্ট টিমোথীকে উহা করাইয়াছিলেন। তবুও তিনি উহাকে অনাবশ্যক মনে করিতেন। তাঁহার মতে শারীরিক ত্বকচ্ছেদের চেয়ে মানসিক ত্বকচ্ছেদ বেশী পালনযোগ্য। ইহা দ্বারা বোধহয় তিনি স্বার্থত্যাগ বা ভোগ-বাসনার সম্বরণ মনে করিতেন।

তর্ক বিতর্কের পর খ্রীস্টানেরা পরে ত্বকচ্ছেদের বিপক্ষেই দাঁড়ান।

প্রথা হিসাবে তাই খ্রীস্টানেরা ত্বকচ্ছেদের ব্যবস্থা পালন করেন না।

আরবদেশে ইশ্‌মাইলের বংশধর হিসাবে এই প্রথা হজরত মোহাম্মদের আবির্ভাবের পূর্বেই প্রচলিত ছিল। কোরআনে কোন নির্দেশ নাই—তবে হজরত ইব্রাহিমের অনুবর্তিতার উৎসাহ দেওয়া হইয়াছে। ২ ৪টি হাদিছে ত্বকচ্ছেদের স্বপক্ষে দাবী করা হয় কিন্তু সেগুলি খাঁটি নয়, অনেকে সন্দেহ করিয়াছেন। তবুও মুসলমানদের মধ্যে ত্বকচ্ছেদ একটি সর্বব্যাপী প্রথা।

সংস্কৃত সাহিত্যে উহার উল্লেখ দেখা যায় না। হিন্দুদের মধ্যে উহার প্রচলন নাই। তবে ২ ৪ জন স্বাস্থ্য ও পরিচ্ছন্নতার অজুহাতে উহা ডাক্তারের হাতে করাইয়া লন।

প্রথা বহু-পুরাতন ও বহু-প্রসারী

স্বর্গীয় দোহাই না পাড়িয়াও বহু জাতি, গোষ্ঠী বা সম্প্রদায় নানা জায়গায় ত্বকচ্ছেদ করিত ও এখনও করে।

হিরোডেটাস স্বাধীন মিশরীয়দের ও কলচিয়ানদের মধ্যে ঐ প্রথা প্রচলিত ছিল বলিয়া উল্লেখ করেন। মমিতে রক্ষিত পুরাতন বহু মৃতদেহেও নাকি উহার ইঙ্গিত পাওয়া যায়।

অস্ট্রেলিয়ার আদিম আদিবাসীদের মধ্যেও ত্বকচ্ছেদ ও অঙ্গ ছিদ্র করিবার প্রথা চালু আছে।

পলিনেশিয়া, মেলানিশিয়া ও মালয়ে আফ্রিকার মাসাই ও কিকুই সম্প্রদায়ের মধ্যেও শুধু অগ্রচ্ছদায় ছিদ্র করিবার প্রথা আছে।

আরও এক ধাপ অগ্রসর হইয়াছে ইন্দোনেশিয়া ও পাপুয়ার কিউয়াই কিসাস্যা ও

বাটাক সম্প্রদায়গুলি। উহাদের মধ্যে পুরুষের লিঙ্গে চোখা কোনও কাঠ দিয়া ছিদ্র করিয়া দেওয়া হয় এবং ঐ ছিদ্র শুকাইলে উহাতে পাখীর পালক ইত্যাদি জিনিস ঢুকাইয়া রাখা হয়। এই প্রক্রিয়া নাকি নারীকে মিলনে ঘর্ষণজাত অধিক আনন্দ দেয়।

মেয়েদের ভগাঙ্কুর, ক্ষুদ্রোষ্ঠ ইত্যাদি ছেদন করার প্রথা কোথাও কোথাও আছে। আফ্রিকার নিগ্রো ও আরবের মুসলমান ও ইথিওপিয়ার ইহুদীদের মধ্যে প্রচলন আছে। ইন্দোনেশিয়া ও মালয়ের মেয়েদের মধ্যেও।

বার্টন সাহেব মক্কা-মদিনা ছদ্মবেশে ভ্রমণ করিয়া লিখিয়াছেন যে, আরবদের মধ্যে 'আস্‌সাল্‌খ' বলিয়া জঘন্য এক প্রথা প্রচলিত আছে। উহাতে সারা পুরুষাঙ্গের এবং তৎসংলগ্ন কেশাচ্ছাদিত চামড়া খুলিয়া ফেলা হয়। ইহা নাকি ছেলেটির বাবা ও ভাবি বধূর সামনে করা হয় এবং ছেলেটি চীৎকার করিলে ভাবী বধূ নাকি উহাকে মেয়েমানুষ বলিয়া টিটকারী দেয় এবং বাবা নাকি উহাকে মারিয়া ফেলেন। বোধহয় সহ্যগুণ ও সাহস পরীক্ষা করার মতলবেই ইহা করা হয়। বহু ছেলে নাকি মারাও যায় (হায় কুসংস্কার!)।

বাড়াবাড়ি সমর্থনযোগ্য নয়। তবে ইহুদিদের সহজসাধ্য ত্বকচ্ছেদ ব্যবস্থা ক্ষতিকর ত নয়ই, বরং নানা কারণে সমর্থনযোগ্য।

পুরুষের লিঙ্গের অগ্রভাগে খানিকটা চর্ম লিঙ্গমণিকে আবৃত করিয়া রাখে। কাহারও কাহারও এই আবরক চর্ম লিঙ্গমণি আবৃত করিয়াও খানিকটা সম্মুখের দিকে ঝুলিয়া থাকে। এই চর্মের পরতের মধ্যে ময়লা আটকাইয়া থাকে বলিয়া ইহাতে নানা-প্রকার ব্যাধি জন্মিতে পারে; সেজন্য ডাক্তারেরা এই চর্মচ্ছেদ করিবার পরামর্শ দিয়া থাকেন। অঙ্গের পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা রক্ষা করার পক্ষে ত্বকচ্ছেদ খুব সহায়ক।

উল্টামুদা (Para-phimosis) প্রভৃতি জননেন্দ্রিয় রোগে চিকিৎসকগণ আবরক চর্ম অনেক সময় ছেদন করিয়া ফেলেন বটে, কিন্তু দুই একটি সভ্যজাতি ব্যতীত অন্য সব সভ্যজাতি এই চর্ম সম্বন্ধে বিশেষ সতর্কতা অবলম্বন করেন না।

যদিও বালকদের অগ্রচ্ছদার ভিতর পরিষ্কার করার জন্য হাতাহাতি করা অনুচিত, সাধারণত তাহারা নিজেরাও পরিষ্কার করে না এবং অপরকেও করিতে দেয় না। ফলে ভিতরে শ্বেতবর্ণ মলমের মত দুর্গন্ধ ময়লা জমিয়া চুলকায়, ফলে তাহারা হস্ত দ্বারা অঙ্গটি নাড়াচাড়া করিতে বাধ্য হয়। ঐ চুলকানি বা প্রদাহ অধিক হইলে, উহাদের তড়কা (ফিট বা আক্ষেপ) প্রভৃতি হইতে পারে।

এইজন্য শিশুদের, তথা **সমস্ত শিশুদেরই** জন্মের পর যত শীঘ্র সম্ভব হয় অগ্রচ্ছদা কাটিয়া ফেলা (ত্বকচ্ছেদ করা বা করানো) খুবই ভাল।

উক্ত ময়লা ভিতরে জমিয়া থাকাতে সুড়সুড়ি বোধ হয়, সুতরাং বালক বা যুবকেরা আত্মরতিতে ঐ হেতু প্রবৃত্ত হইতে পারে।

উহা জমিয়া থাকার জন্য ভিতরে ছোট বড় প্রস্তরও সৃষ্টি হইতে পারে।

ত্বকচ্ছেদের গুণ—যে শিশুদের জন্মের পর শীঘ্রই ত্বকচ্ছেদ করানো হয়, তাহাদের প্রায় সকল ক্ষেত্রেই ইহা পুরুষাঙ্গের ক্যানসারের প্রতিষেধক স্বরূপ হয়। তেমনি যে সকল নারীর কেবলমাত্র এইরূপ পুরুষদের সহিত সঙ্গম হয় তাহাদের প্রায় কোনও ক্ষেত্রেই জরায়ুগ্রীবায় (cervix) ক্যানসার হয় না।

ত্বকচ্ছেদের উপকার—ঐ চর্মের থাকা বা না থাকায় আমাদের যৌন-ক্ষমতার হ্রাস-বৃদ্ধি হইয়া থাকে ইহাও বিশেষ বিবেচ্য। ডাঃ ফোরেল এবং হ্যাভলক এলিস বলিয়াছেন যে, ত্বকচ্ছেদের দ্বারা পুরুষের রতিশক্তি বর্ধিত হইয়া থাকে। ইহার কারণ এই যে, লিঙ্গমণি সর্বদা উক্ত আবরক চর্মে আবৃত থাকে বলিয়া উহা অত্যন্ত কোমল ও স্পর্শ সচেতন হইয়া থাকে। এইজন্য রতিকালে তীব্র উত্তেজনা হয় এবং শীঘ্র শুক্রস্খলিত হইয়া যায়। অথচ যাহাদের আবরক চর্মচ্ছেদনে উহা অনাবৃত থাকে, সর্বদা পরিধেয় বস্ত্রের ঘর্ষণ হেতু উহা ঈষৎ শক্ত ও খানিকটা স্পর্শ চৈতন্যহীন হইয়া থাকে ; ফলে শুক্র সহজে স্খলিত হয় না। উহারা বলিয়াছেন যে, মুসলমান ও ইহুদী পুরুষেরা সার্বজনীনভাবে ত্বকচ্ছেদ প্রথা পালন করেন বলিয়াই সাধারণত তাঁহারা অধিক রতিশক্তিশালী ও তাঁহাদের মধ্যে বন্ধ্যাত্ব খুব কমই দৃষ্টিগোচর হইয়া থাকে।

সাধারণ ত্বকচ্ছেদ একটি অতি সহজ প্রক্রিয়া। শৈশবে করাইলে ইহাতে ডাক্তারের কোনও প্রয়োজন হয় না। আমার কতিপয় হিন্দু বন্ধু যৌবনেও ডাক্তার দিয়া ত্বকচ্ছেদ করাইয়া লইয়াছেন। ইহুদীরা অতি শৈশবে করান। মুসলমান ও অপরাপর বালকদেরও বুঝিবার বা ভয় পাইবার বয়সের পূর্বেই করানো ভাল।

যাঁহারা অতটা করিতে চান না তাঁহারা সব সময়ে চর্মটি পিছনে টানিয়া লিঙ্গমণি খুলিয়া রাখিলেই ত্বকচ্ছেদের উপকার পাইবেন।

স্ত্রীলোকের ভগাঙ্কুর ও ভগোষ্ঠ ছেদন সমর্থনযোগ্য নহে।

যন্ত্রপাতির ব্যবহার

স্ত্রীলোকের আনন্দানুভূতি বর্ধনের জন্য পুরুষের নানাপ্রকার অদ্ভুত ও উদ্ভট জিনিসের ব্যবহারও প্রচলিত আছে। ইহার মধ্যে কাঠ, ধাতু বা শঙ্খ দ্বারা লিঙ্গকে সজ্জিত করা, পাখীর পালক বা খচ্চরের লোম ইত্যাদি লিঙ্গাগ্রে জড়ানো ইত্যাদি উল্লেখযোগ্য।

ডায়াকদের মধ্যে অ্যামপালাং (Ampallang) নামক একপ্রকার যন্ত্রের ব্যবহার দেখা যায়। পুরুষাঙ্গ ছিদ্র করিয়া ঐ ছিদ্রে এক টুকরা কাঠ, হাড়, ধাতু বা অন্য কিছু জড়াইয়া দেওয়া হয়। কতকক্ষেত্রে একাধিক ছিদ্রে একাধিক শলাক পরানো হয়।

এই প্রক্রিয়ার উদ্দেশ্য—কঠোর ঘর্ষণে স্ত্রীলোকের অনুভূতি বৃদ্ধি করা। ডায়াক রমণীরা ইহাতে এত অভ্যস্ত যে, উহা ব্যবহার না করিলে তাহারা নাকি তালাকের দাবী উপস্থিত করিতে পারে।

সুসভ্য ইউরোপ, দক্ষিণ আমেরিকা ইত্যাদি স্থানেও নাকি কনডমের উপরে কাঁটা কাঁটা দাঁত বসানো এবং নানা প্রকার রবারের আংটি বা দাঁত লিঙ্গে জড়াইবার প্রথা আছে।

কৃত্রিম যৌনাঙ্গ সম্পর্কে আরও পরে আলোচনা করিব।

॥ তেরো ॥

ঔষধ প্রয়োগে রতিশক্তি বর্ধন

ঔষধের ব্যবস্থা

রতিকৃষ্টির ঔষধ বহু প্রকারের। বাজীকরণ ঔষধে রতিশক্তি ও বীর্য বৃদ্ধি পায় বলা হয়। বীর্যস্তম্ভক ঔষধ মিলনকে দীর্ঘস্থায়ী করে বলা হয়। আবার লিঙ্গকে সবল বা স্থূল এবং নারীর অঙ্গকে সংকীর্ণ বা প্রসারিত করিবার ঔষধের উল্লেখও দেখা যায়।

এক শ্রেণীর ঔষধ সেবন করিতে হয়; অপর শ্রেণীর ঔষধের বাহ্য প্রয়োগ করিতে হয়।

আয়ুর্বেদশাস্ত্রে বাজীকরণ ও বীর্যস্তম্ভনের উল্লেখ আছে। বাজীকরণ সেই ঔষধ যাহা 'বাজী' অর্থাৎ অশ্বের মত বার বার রমণের ক্ষমতা দেয়। 'বাজীকরণ' নাম হইতেই স্পষ্ট প্রতীয়মান হয় যে, আয়ুর্বেদশাস্ত্রে ক্ষমতাকে কৃষ্টিসাধ্য বলিয়া ধরিয়া লইয়াছে। কামসূত্র, অনঙ্গরঙ্গ ও আয়ুর্বেদশাস্ত্রে বাজীকরণ ও বীর্যস্তম্ভনের অনেক প্রকার ঔষধের উল্লেখ আছে।

হাকিমী চিকিৎসাশাস্ত্রেও বাজীকরণ ও বীর্যস্তম্ভনের দীর্ঘ আলোচনা আছে। ইহার কারণ অনেকে এই বলিয়া অনুমান করেন যে, হাকিমীশাস্ত্রের পৃষ্ঠপোষক নবাব-বাদশাহ ও আমীর-ওমরাহ এত কামবিলাসী ছিলেন যে, বেগমদের ছাড়াও হারামের মধ্যে বাসনা পূরণ করিবার উদ্দেশ্যে শত-সহস্র উপপত্নী বা বাঁদী-দাসী প্রতিপালন করিতেন। ইহাদের কাছে পৌরুষ প্রদর্শনের বাসনা স্বভাবতই তাঁহাদের হইত।

ইহা ছাড়া বহুবিবাহের একাধিক স্ত্রীর ন্যায্য মনস্তুষ্টি সাধনের প্রয়োজন, পৌরুষের পরাকাষ্ঠা দেখাইবার ইচ্ছা, বন্ধুমহলে রতিশক্তির প্রতিযোগিতা, পুরুষের যৌবনে নানা কারণে ও পরে বার্ধক্যবশত যৌনশক্তির হ্রাস, নারীর যৌনজড়তা ও উহাকে পূর্ণ তৃপ্তি দিবার প্রয়াস ইত্যাদি নানা কারণেও বিবিধ প্রক্রিয়ায় রতিশক্তিবর্ধনের প্রচেষ্টা উৎসাহপ্রাপ্ত হইয়াছিল।

আমরা প্রাচ্যে যৌনশাস্ত্র, বিশেষ করিয়া ইউনানী ও আয়ুর্বেদীয় যৌনশাস্ত্র অভিনিবেশ সহকারে অধ্যয়ন করিয়াছি। বহু প্রকাশিত, অপ্রকাশিত, মুদ্রিত ও হস্তলিখিত পুস্তক ঘাটিয়াছি। এই অধ্যয়নের ফলে বহু ঔষধের উল্লেখ দেখিয়াছি।

আরবী, ফারসী ও সংস্কৃত পুস্তক পাঠে যে কত পদ্ধতি বা ঔষধের উল্লেখ দেখা যায়, মূল্যবান একখানা আরবী পুস্তকের কতকগুলি অধ্যায়ের তালিকা হইতেই তাহা অনুমিত হইবে। নিম্নে অধ্যায়গুলির তালিকা দেওয়া হইল ঃ

অষ্টম	অধ্যায়—		রতিশক্তিবর্ধক ঔষধাদি তৈয়ার করিবার জ্ঞাতব্য তথ্যাবলী।
নবম	,, —	,,	দ্রব্যগুণের বিবরণ···
দশম	,, —	,,	মিশ্র ঔষধের বর্ণনা···
একাদশ	,, —	,,	তৈলাদি···
দ্বাদশ	,, —	,,	মালিশাদি···
ত্রয়োদশ	,, —	,,	প্রলেপাদি···
চতুর্দশ	,, —	,,	শরবতাদি···
পঞ্চদশ	,, —	,,	মিষ্টান্নাদি···
ষোড়শ	,, —	,,	চূর্ণাদি···
সপ্তদশ	,, —	,,	পিচকারীসমূহ···
অষ্টদশ	,, —	,,	গুহ্যদ্বারে রাখিবার দ্রব্যাদি
ঊনবিংশ	,, —	,,	সেব্য মোদকাদি···
বিংশ	,, —	,,	মুখমধ্যে রাখিবার ঔষধাদি···
একবিংশ	,, —	,,	ঘ্রাণ লইবার দ্রব্যাদি···
চতুর্বিংশ	,, —	,,	···পুরুষাঙ্গকে দীর্ঘ ও স্থূল করিবার ঔষধাদি···
ঊনত্রিংশ	,, —	,,	মন্ত্র-তন্ত্রাদি···

আমি মূল আরবী গ্রন্থ হইতে উপরোক্ত উদ্ধৃতি করিলাম। উদ্ধৃত অংশগুলি শুধু রতিক্রীড়াবিষয়ক, তবে অন্যান্য বহু তথ্যও অন্যান্য অংশে সন্নিবেশিত হইয়াছে। দত্তাত্রেয় মুনির সংস্কৃত শাস্ত্র গ্রন্থেও বহু বাজীকরণ, বশীকরণ, মন্ত্র-তন্ত্র ও ঔষধাদির উল্লেখ দেখা যায়।

বলা বাহুল্য অন্যান্য যৌনগ্রন্থেও উক্ত রূপ অধ্যায় ও বর্ণনা পাওয়া যায়। কিন্তু এতদূর বলিয়া পাঠক-পাঠিকার অযথা কৌতূহল ও আশা উদ্দীপিত করিয়াছি বলিয়া মার্জনা ভিক্ষা করিতেছি। কারণ দুঃখের বিষয় এই যে, নানা কারণে ঐরূপ বিস্তৃত ব্যবস্থাসমূহ হইতে প্রকৃত মূল্যবান ও নির্ভরযোগ্য তথ্য আবিষ্কার করা অতিশয় দুঃসাধ্য।

শাস্ত্রীয়, হাকিমী ও কবিরাজী ব্যবস্থাসমূহের সমালোচনা

শ্রদ্ধাভাজন গবেষকদের গবেষণা সদিচ্ছা প্রাণোদিত হইলেও উহা কতকগুলি দোষে দুষ্ট ছিল ঃ

(১) যাদু, মন্ত্র-তন্ত্র এবং দৈবে বিশ্বাস। (২) আগ্রহাতিশয্যের প্রভাব। (৩) পক্ষপাতদোষশূন্য পরীক্ষার অভাব। (৪) পরমত উপেক্ষার স্বভাব। (৫) সূক্ষ্ম বৈজ্ঞানিক বিশ্লেষণে যন্ত্রপাতি ও সুযোগ-সুবিধার অবিদ্যমানতা। (৬) নিজ পিতা, গুরু প্রভৃতির কথায় বিচার বা পরীক্ষা না করিয়া বিশ্বাস।

(১) যাদু, তন্ত্র-মন্ত্র এবং **দৈবে বিশ্বাস** পূর্বকার লোকের মধ্যে একরূপ সার্বজনীন ভাবেই বিদ্যমান ছিল। ভূত, প্রেত, পরী, জিন, যাদুকরী ইত্যাদি অতিপ্রাকৃত জীবের অস্তিত্ব কল্পনা মানুষকে এমনভাবে পাইয়া বসিয়াছিল যে, উহার প্রভাবে অনেক বিষয়েই তাহার স্বচ্ছ বিচারবুদ্ধি, স্বাধীন চিন্তা, নৈতিক সাহস, বৈজ্ঞানিক বিশ্লেষণ, ক্ষমতা একেবারেই ব্যাহত হইয়া পড়িত। যাহা কিছু দুর্বোধ্য ও দুজ্ঞেয় এবং আপাততঃ অতি প্রাকৃতিক বলিয়া মনে হইত, তাহাকেই কেন্দ্র করিয়া মানুষের দুর্বল মনে কুসংস্কার পুঞ্জীভূত হইয়া উঠিত এবং এখনও উঠে।

রীতিশক্তিবৃদ্ধির মানসেও তন্ত্র-মন্ত্র, কবচ, যাদু, দরগায় শিরনি এবং মন্দিরে ভোগ দেওয়া ইত্যাদি কত সম্ভব অসম্ভব উপায়ে বিশ্বাস-প্রবণ মানুষ আশা বাঁধিয়াছে। কত ভক্ত ফকীর, সাধু, সন্নাসী, ওঝা, হাতুরে ডাক্তার, কবিরাজ, হাকীম সরলপ্রাণ মানুষকে ফাঁকি দিয়াছে এবং এখনও দিতেছে।

'বশীকরণ', 'মারণ', 'উচাটন', 'স্তম্ভন', 'মোহন', 'বিদ্বেষণ', 'আকর্ষণ' প্রভৃতিতে এখনও লোকের যে অনেকটা বিশ্বাস রহিয়া গিয়াছে তাহার প্রমাণ সংবাদপত্রাদিতে বার বার বিজ্ঞাপিত প্রক্রিয়া, কবচ বা ট্যালিসম্যানে। একই ট্যালিসম্যানে (কবচ) যত রকম শারীরিক ও মানসিক অস্বাচ্ছন্দ্য আছে সব দূরীভূত হয়, আর্থিক সচ্ছলতা আসে, চাকরি লাভ ও উহাতে উন্নতি, মোকদ্দমায় জয়, পরীক্ষায় পাস হয় ইত্যাদি—"সব পাবে গো" বলিয়া আশ্বাস দেওয়া। উহা যে শত-সহস্র বিক্রয়ও হইয়া থাকে ইহা দেখিলে মনে হয়, কুসংস্কার ও অন্ধবিশ্বাস মানব-মনকে আজও আচ্ছন্ন করিয়া আছে।

'যাদু', 'টোনা', 'বাণ' মারিয়া নর ও নারীর ক্ষতি করা যায় এ বিশ্বাস এ উপমহাদেশে এখনও আছে।

আরবী, ফারসী, সংস্কৃত যৌনগ্রন্থসমূহে এই ধরনের মন্ত্র তন্ত্রাদির উল্লেখ দেখা যায়। দৃষ্টান্তস্বরূপ, "রজুয়্শ্ শায়খ ইলা সিবাহ্" গ্রন্থে উল্লেখিত একটি সাংকেতিক মন্ত্র একটু স্বর্ণপত্রে লিখিয়া জিহ্বার নীচে রাখিলে যতক্ষণ পর্যন্ত উহা না সরানো হইবে ততক্ষণ পর্যন্ত নাকি পুরুষ রমনে সক্ষম থাকিবে।

এইরূপ আরও বহু মন্ত্রের উল্লেখ আছে। অনেক ক্ষেত্রে নানা যাগযজ্ঞ সহকারে নানা দ্রব্য মন্ত্রপূত করিয়া লইয়া সেবন বা ব্যবহার করিবারও নির্দেশ আছে। কতক-ক্ষেত্রে শুক্রস্খলন হইবার উপক্রম হইলে মন্ত্রবিশেষ আবৃত্তি করিতে থাকিলে উহার বেগ প্রশমিত হয়, এইরূপ উল্লেখ আছে। অন্যদিকে মনোনিবেশ করিলে কিছুটা এরূপ হওয়া আশ্চর্যের কথা নহে।

নারীর অঙ্গে রক্ষিত সুপারী অথবা ঐরূপ কিছু পুরুষকে খাওয়াইলে ঐ পুরুষ উহার চিরবশ্যতা স্বীকার করিয়া থাকিবে, এইরূপ বিশ্বাসও এই ধরনের। মোম দিয়া প্রেমাস্পদের মূর্তি গড়িয়া উহা যাগ-যজ্ঞ, মন্ত্র-তন্ত্র সহকারে গলাইয়া ফেলিলে সে বশীভূত হইবে, এইরূপও বিশ্বাস করা হইত।

জিন নারীকে এবং পরী পুরুষকে প্রলুব্ধ করিয়া উপভোগ করে এরূপ গালগল্পও অনেককাল যাবৎ প্রচলিত ছিল।

হিন্দুদের ইন্দ্রজাল বিদ্যার অন্তর্গত এই পুস্তকের বিষয় সম্পর্কিত, কয়েকটি ব্যবস্থাপত্র নমুনাস্বরূপ এখানে দেওয়া হইল ঃ

"বশীকরণের জন্য বসন্তকালই প্রশস্ত। তৃতীয়া ও নবমী তিথি এবং অশ্বিনী, মৃগশিরা, মূলা, পুষ্যা ও পুনর্বসু নক্ষত্র হওয়া আবশ্যক।"

"পুষ্যানক্ষত্রে পুনর্ণবার মূল ও রুদ্রদন্তীর মূল উত্তোলন করিয়া, এই দুই মূলের সহিত যববীজ হস্তে বন্ধন করিলে সর্বত্র পূজিত হইতে পারা যায়। বন্ধনকালে "ওঁ ওঁ পুরং ক্ষোভয়" ইত্যাদি মন্ত্র সাতবার জপ করা আবশ্যক।"

"চিতার ভস্ম, বসা, কুড়, টগরকাষ্ঠ ও কুঙ্কুক এই সকল দ্রব্য সমপরিমাণে লইয়া চূর্ণ করিবে, ঐ চূর্ণ স্ত্রীলোকের মস্তকে ও পুরুষের পদে প্রদান করিলে, সেই স্ত্রী ও পুরুষ আজীবন দাসী হইয়া থাকিবে।"

"অশ্লেষা নক্ষত্রে অর্জুন বৃক্ষের মূল আহরণ করিয়া ছাগীমূত্রে পেষণ করিতে হইবে। এ ঔষধ কোনও স্ত্রীলোক বা পুরুষের মস্তকে প্রদান করিলে তৎক্ষণাৎ তাহার আকর্ষণ হয়।"

"অশ্বিনী নক্ষত্রে বটের পরগাছা দুগ্ধের সহিত খাইলে পুরুষ বলবান হয়। পুষ্যানক্ষত্রে আকন্দের মূল উঠাইয়া গরুর দুধে বাটিয়া খাইলে ৭ দিনের মধ্যে বৃদ্ধও যুবার ন্যায় হয়।"

"জন্মবন্ধ্যার চিকিৎসা—রবিবারে মূল, পত্র ও শাখার সহিত গন্ধনাকুলী উঠাইয়া, একবর্ণা গরুর দুধের সহিত অবিবাহিতা কন্যার দ্বারা বাটাইয়া, ঋতুকালে ৪ তোলা পরিমাণে প্রতিদিন খাইবে এবং দুধ, মুগের ডাল প্রভৃতি লঘুপথ্য করিবে। ৭ দিন এইরূপ করিলে বন্ধ্যার গর্ভ হইবে।"

এই সমস্ত প্রক্রিয়ার সুফল বা কুফল মনের উপর অনেকটা নির্ভর করে। 'অমুকে যাদু করিয়া আমাকে বশীভূত বা আমার অনিষ্ট করিতেছে' এইরূপ ধারণা করিতে থাকিলে মন প্রভাবান্বিত হওয়া অসম্ভব নয়।

খানিকটা বুজরুকি বা কেরামতি না হইলে প্রাচীন লোকেরা কোনও ব্যবস্থার কার্যকারিতায় সহজে বিশ্বাস করিত না। সেইজন্য মন্ত্র-তন্ত্র জাঁকের এতটা প্রচলন ছিল। দুর্বোধ্য মন্ত্র আওড়াইয়া বা হিজিবিজি লিখিয়া বিশ্বাসপ্রবণ লোকদের প্রভাবান্বিত করা হইত। বাসকের পাতার রস পান করিলেই সর্দিকাশিতে উপকার হইবার কথা ; কিন্তু

অত সরল ব্যবস্থা লোকের মনঃপূত হইত না। তাই নির্দেশ দেওয়া হইত ঠিক দুপুরের সূর্য মাথায় করিয়া এক নিশ্বাসে উহার পাতা আনিয়া কুমারী কন্যার হাতে বাটিয়া লইতে হইবে ইত্যাদি।

পীর, ফকির, সাধু, দরবেশ প্রমুখের অলৌকিক শক্তিতে আস্থাবান ভক্তদের রোগ, শোক, অভাব, অনটনে তাঁহাদের শরণাপন্ন হওয়ার এবং তাঁহাদের দৃষ্টি, স্পর্শ, আশীর্বাদ, জলপড়া, ফুক দেওয়া, কবচ প্রভৃতিতে রোগারোগ্য ও ইষ্টলাভের আশা করার দৃষ্টান্ত এইদেশে অসংখ্য। আমার পিতা এবং দাদাশ্বশুর সাহেবদের অসংখ্য শিষ্য, ভক্ত বা অনুরক্তের বেলায় তাঁহাদের মুখের বাণী, মন্ত্রপূত জল বা পায়ের ধূলা আশ্চর্যজনকভাবে কার্যকরী হইয়াছে বলিয়া অসংখ্য দৃষ্টান্ত জানি।

এই কার্যকারিতার কতকটা গুরুজনের ইচ্ছাশক্তি চালনা এবং কতকটা **ভক্তের দৃঢ় বিশ্বাসের ফল**। মন্দির বা দরগার ধূলা, মন্ত্রপূত জল, তাবিজ, কবচ ইত্যাদি শুধু **মনোবল বাড়াইবার উপকরণ মাত্র**।

ভক্ত এই সমস্ত উপকরণে অন্ধবিশ্বাস ন্যস্ত করিয়া নিজে নিজে মনোবল বৃদ্ধি এবং ইচ্ছাশক্তিচালনা (auto-suggestion) করে বলিয়া তাহার মন প্রত্যক্ষ এবং শরীর পরোক্ষ উপকৃত হয়। অবশ্য আমাদের অনেক রোগই মানসিক প্রবণতা (mental predisposition) হইতে প্রসূত বলিয়াই ইহা সম্ভবপর হয়।

এই বিশ্বাসই যে এইরূপ তথাকথিত অলৌকিক শক্তির ভিত্তি তাহার প্রমাণ এই যে, পরম গুরুর কল্যাণে বা আশীর্বাদে দূর-দূরান্তরে শত শত লোক উপকৃত হইতেছে বলিয়া অনুমিত হইবে, অথচ অনেক সময় তাঁহারই পরিবারের লোক অথবা আত্মীয়-স্বজন বহু রোগে ভুগিতেছে এবং অন্য ডাক্তার কবিরাজের শরণাপন্ন হইতেছে দেখা যাইবে। কারণ, সর্বদা দেখা গুরুর দোষত্রুটিপূর্ণ বুজরুকি, মাহাত্ম্য বা অলৌকিক ক্ষমতার উপর তাহাদের শ্রদ্ধা থাকে না।

মোট কথা, আধুনিক শিক্ষিত মনে অযৌক্তিক প্রক্রিয়ার কোন সুফল হইবার কথা নহে। কারণ, অযৌক্তিক কারণ পরম্পরায় আমরা বিশ্বাস হারাইয়াছি। আমার মাথার চুল অমুকে চুরি করিয়া লইয়া মন্ত্রসহকারে পুড়াইল, ইহাতে আমার কোনও অনিষ্ট হইতে পারে তাহা আমরা বিশ্বাস করি না। **বিশ্বাস করি না বলিয়াই কোন অনিষ্ট হয় না।**

যদি বাস্তবিকই যাদুমন্ত্র দ্বারা শত্রু নিপাত করা যাইত তাহা হইলে, হিটলার, মুসোলিনি, চার্চিল বা স্ট্যালিন ইহজগতে আর থাকিতেন না। উভয় পক্ষেরই যাদুকরেরা তাঁহাদের দফা-রফা করিয়া দিতেন। তিথি পালনের অযৌক্তিকতার কথা আমরা পূর্বেই উল্লেখ করিয়াছি।

পাঠক-পাঠিকাগণ **কুসংস্কারমুক্ত** হইবে এই আশায়ই আমি এতটা আলোচনা করিলাম।

(২) তবে এখানে শুধু এইটুকু বলা দরকার যে, ইচ্ছাশক্তির প্রয়োগ (exerting of will power) আজকালও কর্ষিত হইতেছে। হিপ্নোটিজ্ম, মেস্মেরিজম ইত্যাদি এই মূল তত্ত্বের উপর প্রতিষ্ঠিত।

পূর্বোল্লিখিত মন্ত্র আবৃত্তি করিয়া শুক্রস্খলন রোধ করিবার প্রচেষ্টার অর্থই এই মন্ত্র আবৃত্তিতে মন নিবিষ্ট হইলে রতি সুখ কম অনুভূত হইবে এবং এই হেতু কিঞ্চিৎ ফল পাওয়া সম্ভব। এই মূলসূত্র গ্রহণ করিয়াই রতিকালের স্থায়িত্ব কি করিয়া বাড়ানো যায় একটু পরেই আমরা তাহার নির্দেশ করিতেছি।

পূর্বকার গবেষকদের আগ্রহাতিশয্যের জন্য গবেষণার ফলে অনেক ত্রুটি রহিয়া গিয়াছে। যথা—'রতিশক্তিবর্ধক বহু ঔষধের কথা অপরে জানে, আমি জানিব না কেন? অত শত ধন্বন্তরী ঔষধ থাকিলে ঐরূপ আরও আছে, আমি তাহা বাহির করিব', এইরূপ মনোভাব দোষের নহে। কারণ, জ্ঞান-বিজ্ঞানের উৎসই উহা। কিন্তু বিচারবুদ্ধি দ্বারা সুনিয়ন্ত্রিত না হইলে প্রত্যেক গাছের পাতায় অশেষ দ্রব্যগুণ চোখে পড়িতে পারে। এখানেও অতি বিশ্বাসের দরুন সামান্য পরীক্ষাতেই গবেষকেরা সন্তুষ্ট হইয়া মহামূল্য আবিষ্কারের আত্মপ্রসাদ লাভ করেন। বহু ক্ষেত্রে বিভিন্ন ধরনের ও অবস্থার রোগীর উপরে বার ব'র উহার কার্যকারিতা পরীক্ষা করিয়া দেখিবার ধৈর্য এবং নিরপেক্ষভাবে পরীক্ষার ফল লিখিয়া রাখিবার সুবুদ্ধি তাঁহাদের সাধারণত থাকিত না। এই অবস্থায় আবিষ্কৃত ঔষধ বা প্রক্রিয়ায় আস্থাবান নর ও নারী কিঞ্চিৎ সুফল পাইলেও উহা অপর ক্ষেত্রে নিষ্ফল হওয়া খুবই সম্ভবপর।

(৩) উহাদের পক্ষপাতদোস এবং প্রাচীন পুস্তকে ও গুরুজনদিগের প্রতি অন্ধবিশ্বাস উহাদের পরীক্ষাকার্য এবং উহার ফল বিশ্লেষণ অনেকটা আড়ষ্ট করিয়া ফেলিয়াছে। 'গোপনে প্রচারিত' মতবাদের মূল্য অধিক বলিয়া অনুমিত হইত। এক-একটি সূত্র (formula) বাহির করিয়া উহা সযত্নে রক্ষা করিয়া পুত্র পৌত্রাদিক্রমে চালাইয়া দেওয়ার সংকীর্ণদৃষ্টি ও স্বার্থ প্রণোদিত চেষ্টা কম হয় নাই। "স্বপ্নে প্রাপ্ত", "সন্ন্যাসীপ্রদত্ত" অথবা "দৈব" আখ্যাত ঔষধ বা প্রক্রিয়ায় সাধারণ লোকের বিশ্বাস বেশী।

অথচ বৈজ্ঞানিক পরীক্ষাপ্রণালী ঠিক ইহার উল্টা। পরীক্ষা করিয়া মতামত প্রকাশ করিতে শত্রুকেও নিয়ন্ত্রণ করা বৈজ্ঞানিকের স্বভাব। ইহাতে কঠোর ও বিরুদ্ধ সমালোচনার অগ্নিপরীক্ষায় উত্তীর্ণ সত্য মহিমান্বিত হয়।

(৪) উহাদের সযত্নে রক্ষা করিবার প্রচেষ্টার সঙ্গে সঙ্গে আবার বিপরীতমুখী এক স্বভাব দেখা যায়। উহা পরমত উদ্ধৃতির বাহুল্য। অবশ্য পরমতে শ্রদ্ধা থাকাই উচিত। তবে সূক্ষ্ম বিচার করিয়া যাচাই করিতে হইবে।

এই বিচার-ক্ষমতার আংশিক অভাবে পণ্ডিতের পর পণ্ডিত "সত্য", "পরীক্ষিত", "খাঁটি", "নিঃসন্দেহে" ইত্যাদি বলিয়া বহু ঔষধ ও প্রক্রিয়ার উল্লেখ করিয়াছেন। এইসব ক্ষেত্রে কাহার দ্বারা পরীক্ষিত, লেখক নিজে পরীক্ষা করিয়াছেন কিনা, করিয়া থাকিলে

কত ক্ষেত্রে প্রয়োগ করিয়াছেন ও কত ক্ষেত্রে সুফল পাইয়াছেন এই সবের কিছু উল্লেখ না করিয়াই 'বাঁধা বুলি'র মত একই কথা আবৃত্তি করা হইয়াছে।

(৫) সূক্ষ্ম বৈজ্ঞানিক বিশ্লেষণের যন্ত্রপাতি বা সুযোগ-সুবিধা না থাকা অবশ্য গবেষকদের নিজের কোনও ত্রুটি নয়। বিজ্ঞান দ্রুত প্রসারিত হইতেছে। শরীর ব্যবচ্ছেদ করিয়া দেখিবার মত প্রবৃত্তি বা সামাজিক অনুমতি এই সেইদিন মাত্র হইয়াছে। তাই অধিকাংশ ক্ষেত্রেই অনেকটা অনুমানের উপরেই নির্ভর করিয়া উঁহাদের চলিতে হইয়াছে।

এইজন্য তাঁহাদের গবেষণা প্রচেষ্টার মূল্য না কমিয়া বরং বাড়িয়াছে। কারণ, এত অসুবিধা থাকা সত্ত্বেও তাঁহারা নিরস্ত হন নাই। আজকালকার বিজ্ঞানীদেরও অনেক গবেষণাফল আরও কিছুকাল পরেই অচল হইয়া পড়িবে, এই কথা নিশ্চয় করিয়া বলা গেলেও তাঁহাদের প্রচেষ্টার আন্তরিকতা সকলের শ্রদ্ধা আকর্ষণ করিবেই।

অণুবীক্ষণ ও রাসায়নিক বিশ্লেষণ-সহায়ক নানারূপ যন্ত্রপাতির আবিষ্কার হইয়াছে। ইহার সাহায্যে যতটা নিখুঁতভাবে পরীক্ষা করা সম্ভব হয় পূর্বে তাহা হইত না। সুতরাং অনেক ভুল রহিয়া গিয়াছে এবং তাহাই স্বাভাবিক।

তাঁহাদের আদরের একটি সূত্র ছিল "সাদৃশ্যবিধান"- কতকটা আজকালকার হোমিওপ্যাথীরই মত। চড়ুই পাখী ঘণ্টায় বহুবার রতিক্রিয়া করে, সুতরাং উহার মাংস রতিশক্তিবর্ধক, ব্যাঘ্র একটি প্রবল জন্তু, সুতরাং উহার চর্বি মালিশ করিলে অঙ্গ স্থূল ও সবল হইবে—ইত্যাদি বহু দৃষ্টান্তের উল্লেখ দেখা যায়।

জোঁক বা কেঁচো ইচ্ছামত হ্রস্ব বা দীর্ঘ হইয়া চলিতে পারে বলিয়া মালিশ প্রস্তুত করিতে জোঁক বা কেঁচোর খুব প্রচলন ছিল।

শুধু ইহাই নহে, এই সূত্র ধরিয়া নানা শাকসব্জী—যাহার গন্ধ শুক্র বা নারীর অঙ্গের গন্ধের সহিত কতকটা মিলিয়া যাইত, অথবা গাছপালা বা ফলমূল যাহা নর ও নারীর অঙ্গের সহিত সৌসাদৃশ্য রাখে, তাহাও রতিশক্তিবর্ধক বলিয়া গণ্য করা হইত।

মোটের উপর, কল্পনার সাহায্যে এইভাবে অনুসন্ধান করিতে করিতেই সুফলদায়ক ঔষধের সন্ধান পাওয়া যাইতে পারে এই কথা কেহ অস্বীকার করিতে পারে না। তবে ঐরূপ প্রত্যেক জিনিসকেই টানিয়া আনিয়া যথোচিত পরীক্ষা না করিয়া ব্যবস্থা দেওয়াটা নিশ্চয়ই নিস্ফল ও অনর্থক বাড়াবাড়ি।

অধুনা গ্রন্থিবিশেষের উদ্দীপনা জাগাইতে ঐরূপ সুস্থ গ্রন্থির নির্যাস ইন্‌জেকশন করিবার প্রথা দেখা দিয়াছে।

অ্যালোপ্যাথী মতে

অ্যালোপ্যাথী প্রভৃতি ইউরোপীয় চিকিৎসাশাস্ত্র রতিবিষয়ক ঔষধাবলীতে অপেক্ষাকৃত অনগ্রসর। উপরন্তু দুই-একজন যৌনবিজ্ঞানী বাজীকরণ ও বীর্যস্তম্ভনের সম্ভাব্যতাকেই বিদ্রূপ করিয়াছেন।

বোধহয় দুষ্প্রাপ্যতার জন্যই ডঃ মেরী স্টোপ্‌স 'এণ্ডিওরিং প্যাশন' নামক গ্রন্থে বলিয়াছেন ঃ "সত্যসত্যই রতিশক্তিবর্ধক কোনও ঔষধ আছে বলিয়া আমি অবগত নহি। রতিশক্তিবর্ধক ঔষধ বলিয়া যে সমস্ত রাবিশ বাজারে প্রচলিত আছে বস্তুত সেগুলি খাঁটি ঔষধ নামের অযোগ্য। ঐ সমস্ত তথাকথিত ঔষধ মানুষের দেহে অস্বাভাবিক ও সাময়িক উত্তেজনা সৃষ্টি করে এবং পরিণামে সর্বাঙ্গীণ অবসাদ সৃষ্টি করিয়া মানবদেহের অনিষ্ট করিয়া থাকে। এইসব তথাকথিত রাবিশ ঔষধের সর্বাপেক্ষা বিপজ্জনক বিশেষত্ব এই যে, ইহাদের কাটতি খুব বেশী। মানুষ অতি সহজেই এই সকল রাবিশ বিক্রেতাদের আড়ম্বরপূর্ণ কথায় মুগ্ধ হইয়া স্বাস্থ্য ও অর্থ উভয়দিকে ক্ষতিগ্রস্ত হইয়া থাকে।"

অপরপক্ষে ভিয়েনার নারীরোগবিশেষজ্ঞ ডাঃ বুয়ার বলিয়াছেন যে, পুরুষের রতি-শক্তিবর্ধক ঔষধ অসম্ভবও নহে, দুষ্প্রাপ্যও নহে।

মানুষের দৈহিক ও ঐহিক সুখের চরম ও সর্বাপেক্ষা তীব্র বৃত্তি রতিবাসনায় আত্মবিকাশ করিয়া থাকে, এই কথা অস্বীকার করিলে মানবজীবনকেই অস্বীকার করা হইবে।

আবার, নারীকে রতিসুখ দান করিতে গেলে পুরুষের যতটা শক্তি থাকা দরকার, নানা অবস্থাবৈগুণ্যে অধিকাংশ পুরুষের তাহা নাই। এইজন্য ঐকিক বিবাহপ্রথা এবং দাম্পত্যজীবন দিন দিন অসুখের আকর হইয়া উঠিতেছে। দাম্পত্যজীবনের এই আসন্ন বিপদ দূর করিতে হইলে পুরুষকে কলারূপে রতিশক্তির কর্ষণ দ্বারা নারীর উপযোগী হইতেই হইবে।

রতিশক্তিকে কর্ষণের দ্বারা বর্ধিত ও নিয়ন্ত্রিত করা অন্যায় ত নহেই বরং **অত্যাবশ্যক**। হাত, পা, দাঁত, বুক, চুল প্রভৃতি অঙ্গ-প্রত্যঙ্গের শক্তিচর্চা ও প্রতিযোগিতায় এত উৎসাহ, এত পুরস্কার, এত মেডেল দেওয়া হয়; অথচ মানবের সৃষ্টি ও সুখের গোড়াতে রহিয়াছে যে অঙ্গ, সেই অঙ্গের শক্তি ও স্বাস্থ্য-চর্চাকে উৎসাহ দিতে হইবে না?

বিজ্ঞাপিত ঔষধাবলী

রতিশক্তিবর্ধক বলিয়া বিজ্ঞাপিত অধিকাংশ ঔষধ সম্বন্ধে ডঃ মেরী স্টোপ্‌সের কঠোর মন্তব্য যে কত সত্য, তাহার প্রমাণ আমাদের দেশে যত পাওয়া যাইবে, অন্য কোনও দেশে তত পাওয়া যাইবে কি না সন্দেহ। সংবাদপত্র ও মাসিক কাগজের পৃষ্ঠা খুলিয়া এবং বিভিন্ন শহর-বাজারের রাস্তা-ঘাটে চলাফেরা করিতে গিয়া যে সমস্ত চটকদার বিজ্ঞাপনের সম্মুখীন হইতে হয়, তাহার অনেকটাই এই শ্রেণীর ঔষধের বিজ্ঞাপন। এই সমস্ত ঔষধ সত্যই নিন্দার যোগ্য, শুধু নিন্দার যোগ্যই নহে, আমাদের মতে আইনের বলে বিতাড়িত হওয়ার যোগ্য। বস্তুত আইনের দ্বারা বাজার-প্রচলিত বাজীকরণ ও বীর্যস্তম্ভনের তথাকথিত ঔষধসমূহ বন্ধ করিয়া না দিলে দেশের গুরুতর অকল্যাণ হইবে।

আজকাল বাজারে বিজ্ঞাপনদাতাদের কয়েক প্রকার আচরণ দেখা যায়। যেমন—

(১) 'সেক্সভিগার', 'যৌন-রসায়ন', 'মদন-রসায়ন', 'স্তম্ভন-বিলাস', 'ইরেট্রিন', 'অর্জুন-বটিকা', 'রমণী বিহার' ইত্যাদি নানারূপ জাঁকালো নাম দিয়া, 'দৈবপ্রাপ্ত', 'সন্ন্যাসীপ্রদত্ত', 'গবেষণাপ্রসূত', 'বহু অর্থব্যয়ে প্রস্তুত' প্রভৃতি আখ্যা ও 'আশ্চর্য', 'ক্ষমতা', 'অব্যর্থ-সুফল', 'স্থায়ী আরোগ্য' ইত্যাদির আশা ও গ্যারাণ্টি দিয়া বহু ঔষধের বিজ্ঞাপন দেওয়া হয়। প্রত্যাশাজনিত মনোভাবের দরুন কিঞ্চিত ফল পাইলেও তাহাদের অধিকাংশই ব্যবসাদারী মাত্র। পাঠক-পাঠিকাকে সতর্ক হইতে আবার উপদেশ দিতেছি।

(২) অপেক্ষাকৃত বেশী অর্থ ব্যয়ে আবার বিলাতী নামধারী কতক ব্যবসাদার 'বিনামূল্যে পুস্তিকা' পাঠাইয়া সকলকে আপ্যায়িত করেন। কিছু যৌনতত্ত্ব আওড়াইয়া তাঁহাদের মূল্যবান ঔষধের দিকে পাঠক-পাঠিকার দৃষ্টি আকর্ষণ করেন। কেহ কেহ আবার মূল্যের মাত্রা চড়াইয়া একই ঢিলা ঔষধের সম্ভ্রম বাড়াইবার ও বিজ্ঞাপনের খরচের সঙ্কুলান করিবার প্রচেষ্টা করেন। মুক্তা, কস্তুরী, স্বর্ণ ইত্যাদি ব্যবহার করা হইয়াছে বলিয়া বিশ্বাস বাড়াইবার কৌশল করা হয়। মনে রাখা উচিত, উহাদের পরিবর্তে ঐ ঔষধে সাধারণত আর্সেনিক, ক্যান্থারাইডিন, কুঁচিলা ইত্যাদি বিষয়ক দ্রব্যই বেশী থাকে।

মোট কথা, সত্য গবেষকদের প্রতি শ্রদ্ধা নিবেদন করিয়া বলিব, পাঠক-পাঠিকা তাহাদের ব্যবসাদার অনুবর্তীদের কুহক হইতে সজাগ থাকিবেন। কারণ, তাহাদের মধ্যে পয়সা লুটিবার আগ্রহ ছাড়া আর কিছুই নাই।

আমাদের মতে গর্ভ নিরোধের জন্য সেবনের বাজে ঔষধ এবং তথাকথিত ঋতু পরিষ্কারক (আসলে গর্ভপাত ঘটাইবার) ঔষধ এবং কেমিক্যাল পরীক্ষোত্তীর্ণ নয় এমন বাজীকরণ ও বীর্যস্তম্ভনের ঔষধের বিজ্ঞাপনের প্রচার ও প্রসার আইন-বলে নিষিদ্ধ করিয়া দেওয়া উচিত। পশ্চিমবাংলার গভর্ণমেণ্ট রতিজ রোগের ঔষধ সম্বন্ধে এইরূপ কড়াকড় ব্যবস্থা করিয়াছেন। এই ব্যবস্থা আমরা সর্বান্তকরণে সমর্থন করি।

হাকিমী, আয়ুর্বেদ ও অ্যালোপ্যাথী শাস্ত্র ঘাঁটিয়া পাঠক-পাঠিকার নির্ভুল জ্ঞান আহরণে সহায়তা করিবার জন্যই আমরা ঔষধ প্রয়োগে রতিকৃষ্টির সঠিক সম্ভাবনা কতদূর তাহার আভাস দিতে চেষ্টা করিব। অবশ্য এইদেশে বা অন্যত্র কিছু কিছু ঔষধের আবিষ্কার হইয়া থাকিতে পারে যাহার সন্ধান আমরা পাই নাই। পাঠক-পাঠিকার মধ্যে কেহ এই বিষয়ে আমাদিগকে সাহায্য করিলে উপকৃত হইব। আমাদের গবেষণা প্রসূত হরমোন-ঘটিত ঔষধের কথা পরে বলিতেছি।

দ্রব্যগুণ

অসংখ্য দ্রব্যকে পূর্বে রতিশক্তিবর্ধক বলিয়া গণ্য করা হইয়াছে। হাকিমী ও আয়ুর্বেদ শাস্ত্রে এইরূপ দ্রব্যের প্রচুর উল্লেখ দেখা যায়।

ইহাদের মধ্যে কুইনাইন, কস্তুরী, কর্পূর, আফিং, সিদ্ধি (Cannabis Indica), জাফরান, কুঁচিলা (Strychnine), শেঁকো বিষ (Arsenic), ফসফরাস (Phosphorus), অ্যাম্বারগ্রীস (Ambergris), এক প্রকার ফোস্কা উৎপাদক মক্ষিকা,

ক্যান্থারাইডিন (Cantharidin), মর্ফিয়া, কোকেন, হিং, ডেমিয়ানা (Damiana), ইওহিম্বিন (Yohimbin), লেসিথিন (Lecithin), আকরকরা, বচ, পিপুল, লবঙ্গ, অশ্বগন্ধা, শতমূলী, তালমূলী, আলকুশীবীজ, সালমমিশ্রী, শিলাজতু, মাসকলাই, বাদাম ইত্যাদি বিশেষ খ্যাতিসম্পন্ন ছিল। ইহার মধ্যে কতকগুলি এখনও পর্যন্ত এইরূপ খ্যাতি রক্ষা করিয়া আসিয়াছে।

বলা বাহুল্য ইহাদের অনেকগুলি বিষ বা বিষাক্ত বলিয়া উপযুক্ত ডাক্তারের ব্যবস্থা ব্যতীত ব্যবহার বিপজ্জনক হইতে পারে।

ক্যান্থারাইডিন বেশী মাত্রায় সেবনে লিঙ্গোদ্রেক হয় বটে, কিন্তু অপরিমিত ব্যবহারে মৃত্যু পর্যন্ত ঘটাইতে পারে। মালিশ করিলে ইহা ফোস্কা উৎপাদন করিয়া সারা অঙ্গ জুড়িয়া বসে এবং চামড়ার মধ্যেও শোষিত হয়। এইরূপ ফোস্কা বা ক্ষত বিপজ্জনক হইতে পারে। মালিশ করিলে অঙ্গ দৃঢ় হয় বলিয়া বিজ্ঞাপিত ঔষধে এই বিষাক্ত ঔষধ থাকিবার কথা।

শেঁকো বিষ (Arsenic), **সিদ্ধি বা গাঁজা, আফিং, কোকেন, ফসফরাস** ইত্যাদি সম্বন্ধেও একই কথা খাটে।

বাস্তবিক পক্ষে বিজ্ঞাপিত সেব্য বা মালিশের ঔষধসমূহে বিষাক্ত দ্রব্যের অপরিমিত ও অপ্রকাশিত মিশ্রণ থাকার সম্ভাবনা বেশী বলিয়া ঐ সকল ঔষধ বিশেষজ্ঞ বা বিশ্বস্ত ডাক্তারের ব্যবস্থা ব্যতীত ব্যবহার করা অনুচিত।

খাদ্যদ্রব্যে রতিশক্তি বর্ধনের ক্ষমতা

খাদ্যদ্রব্য সম্বন্ধেও নানাবিধ অভিমতের ছড়াছড়ি দেখা যায়। মাংস, ডিম, পেঁয়াজ, মাছ, মাছের ডিম, মাছের মুড়া, পাঁঠা ও ষাঁড়ের লিঙ্গ ও অণ্ডকোষ, শাকসব্জী, অ্যাসপারাগাস স্যালাড, রসুন, দুধ, মাখন, ঘৃত ইত্যাদি সম্বন্ধেও উচ্চ ধারণা পোষণ করা হয়। ইহাদের অধিকাংশ পুষ্টিকরও বটে এবং এই হেতু স্বাস্থ্যের তথা রতিশক্তিরও উন্নতিকারক।

মসলার মধ্যে লবণ, লবঙ্গ, মরিচ, দারুচিনি, জায়ফল ইত্যাদির খুব খ্যাতি ছিল। ইহাদের মধ্যে মরিচ ও জায়ফলের সুফল আছে। যৌন-অঙ্গসমূহের উপর আদারও প্রভাব রহিয়াছে।

মাংসের মধ্যে জন্তুর জিহ্বা, যকৃত, মূত্রাশয় প্রভৃতির খুব খ্যাতি আছে। ষাঁড়ের অণ্ডকোষ রোস্ট করিয়া এবং পাঁঠার অণ্ডকোষ ঘৃতে ভাজিয়া খাওয়ায় সবলতা আনে বলিয়া বিশ্বাস ছিল। মাংসের প্রভাব কতকটা স্বীকার করিতেই হইবে।

ডিমের সুখ্যাতি যথেষ্ট ; অনেকটা সত্যও বটে। শাকসব্জী, ফলমূল সম্বন্ধেও একই কথা। ইহার মধ্যে গাজর, সেলারী (Celery), শতমূলী, ব্যাঙের ছাতা ও বাদাম বিশেষ উল্লেখযোগ্য। টম্যাটোকে প্রেমের 'আপেল' বলা হয়।

মধুরও খুব সমাদর আছে।

মোটের উপর খাদ্যবিজ্ঞান অনুসারেও ইহাদের পুষ্টিকারক বলা যায়। **প্রত্যক্ষ রতিশক্তিবর্ধক** কোনও বিশেষ গুণ কোনটারও আছে বলিয়া মনে হয় না; তবে শারীরিক স্বাস্থ্য পরিপোষক বলিয়া **পরোক্ষ যৌনশক্তিরও** উৎকর্ষ সাধন করিতে পারে।

মদ্যের প্রভাব

সাধারণত লোকের একটা ধারণা আছে যে, মদ্য রতি-উত্তেজনা আনয়ন করে। এই সম্বন্ধে সঠিক জ্ঞানের প্রয়োজন রহিয়াছে।

অ্যালকোহল (Alcohol) সঙ্কোচের বাঁধ ভাঙ্গিয়া দেয়। অল্প মাত্রায় শরীরে উত্তেজনা আনয়নও করে।

তবে প্রকারভেদে মদ্যের বিভিন্ন প্রভাব দেখা যায়। জিন (Gin)—মূত্রবর্ধক (diuretic); ব্র্যাণ্ডি (Brandy), সঙ্কোচক (astringent) এবং হুইস্কি (Whisky)—রেচক (laxative)। যৌন-অঙ্গসমূহের উপর উহাদের সরাসরি কোন ক্রিয়া নাই।

সামান্য মদ্য সেবনে খানিকটা উত্তেজনা আসে বটে কিন্তু অধিক মদ্যপানে **উল্টা ফল হয়। মদ্য সাধারণত শালীনতা ও সংকোচবোধের বাঁধ ভাঙ্গিয়া দেয় এবং বিচার-বুদ্ধিকে আড়ষ্ট করিয়া ফেলে** বলিয়াই নর ও নারীর মধ্যে মিলনোপযোগী সাহস ও নির্লজ্জতা আনিয়া দেয়। এইজন্য বেশ্যারা উহার সাহায্যে শিকার ধরিবার প্রয়াস পায় এবং লম্পটেরা কুলকামিনীকে নষ্ট করিবার জন্য, স্বামী বা উপপতি কোনও রূপ অস্বাভাবিক উপভোগে সম্মত করাইবার জন্য স্ত্রী বা উপপত্নীকে মদ্যপান করায়।

ইজন্য রোম ও এথেন্সের ভোজসমূহে নিরো (Nero) প্রমুখ রাজা বাদশাহদের প্রমোদোৎসবে মদ্যপানের অবিচ্ছেদ্য সহচররূপে উচ্ছৃংখল মদ্যোৎসব চলিত।

অ্যালকোহল বিশিষ্ট মদ্য পরিমিতভাবে পান করিলে মানসিক সঙ্কোচ ঘুচাইয়া এবং স্ফূর্তি আনয়ন করিয়া মানসিক রতিজড় পুরুষকে সাময়িক সহায়তা করিতে পারে। শুইবার পূর্বে এক গ্লাস বিয়ার বা সুরা ঐ প্রকৃতির লোককে ঐভাবে উদ্দীপিত করিতে পারে। মদ্যপানের ভয়াবহ পরিণামের কথা আমরা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে 'বেশ্যাপ্রথা' প্রসঙ্গে বলিয়াছি। পাশ্চাত্য সভ্যতার এই গুরুতর কলঙ্ক প্রাচ্যেও সংক্রমিত হইয়াছে এবং হইতেছে।

সুখের বিষয়, এই উপমহাদেশে মনোভাব দৃঢ়ভাবে ইহার বিরুদ্ধে; ইসলামের নিষেধ, হিন্দুশাস্ত্রের বিরুদ্ধভাব এখনও ইহাকে সংযত করিয়াই রাখিয়াছে। মদ্যপান নিবারণের প্রচেষ্টা সকল সমাজহিতৈষীরই সমর্থনযোগ্য।

এখানে পাঠক-পাঠিকাকে সতর্ক করিয়া দেওয়ার প্রয়োজন আছে এই বলিয়া যে, রতিশক্তিবর্ধন করে এই মানসে মদ্যপানের শরণাপন্ন হইলে দারুনভাবে হতাশ হইতে হইবে। **অত্যধিক মদ্যপান বিশেষ রকমে রতিশক্তি নাশক।**

কোকো, কফি এবং চায়ের বিশেষ কোনও গুণ আছে বলিয়া মনে হয় না। বরং অধিক মাত্রায় বেশীদিন ধরিয়া কফি, তামাক, সিদ্ধি, গাঁজা, কোকেন প্রভৃতি ব্যবহার করিলে রতিশক্তির হানি হয়।

ভিটামিনের অভাব

অধুনা খাদ্যবিজ্ঞান খুব উন্নত হইয়া উঠিয়াছে। খাদ্যদ্রব্য ভিটামিন* সম্বন্ধে বহু গবেষণা হইয়াছে। এই ভিটামিন বা খাদ্যপ্রাণ বহু প্রকারের। উহাদের মধ্যে ভিটামিন-E রতিশক্তির উপর প্রভাবযুক্ত। এই ভিটামিন সংযুক্ত দ্রব্য ক্রমাগত ইঁদুরকে খাওয়াইয়া দেখা গিয়াছে যে, ইহাতে উহার লিঙ্গসমূহ অত্যধিক বৃদ্ধি পায় এবং যৌন-উত্তেজনাও বাড়ে।

এইসকল গবেষণার ফলে ইহাই প্রতিপন্ন হইয়াছে যে, ভিটামিন-E-যুক্ত খাদ্যদ্রব্য যৌনক্ষমতা উদ্দীপিত করে।

এই ব্যবস্থার সুযোগ গ্রহণ করা দুই প্রকারে সম্ভব ঃ

(১) খাদ্যসূচী এইরূপভাবে প্রস্তুত করিতে হইবে যাহাতে উক্ত রূপ ভিটামিনযুক্ত দ্রব্যের সমাবেশ বেশী থাকে। অংকুরিত ছোলা, মুগ, গম ইত্যাদি, অলিভ অয়েল, কচিপাতা পালং শাক, বরবটি, শিম ইত্যাদিতে ঐ জাতীয় ভিটামিন থাকে।

(২) ঐরূপ ভিটামিনের ঔষধ প্রয়োগ।

অন্যান্য প্রক্রিয়া

নানাপ্রকার স্নানের ব্যবস্থাও রতিবর্ধক বলিয়া খ্যাত ছিল। নারী পুরুষের প্রায় উলঙ্গ অবস্থায় প্রকাশ্য স্নানাগারে সমবেত হওয়ায় উত্তেজনা হওয়া মোটেই বিচিত্র নহে। উহা সাময়িক বা অনুরূপ অবস্থা-সাপেক্ষ।

তাহা ছাড়া নানাপ্রকার প্রস্রবণের জল, ধাতব জল ইত্যাদিতে স্নানও পরোক্ষ উদ্দীপনা আনিতে পারে।

মালিশ, মর্দন তৈলাদিতে নানাপ্রকার উত্তেজক দ্রব্য ব্যবহার করা হইত। ক্যান্থারাইডিনের কথা কিছু পূর্বেই উল্লেখ করিয়াছি। ইহা অনেকটা ক্ষতিজনক বলিয়াও আমরা মন্তব্য করিয়াছি।

সুগন্ধি দ্রব্য দ্বারা ঘ্রাণেন্দ্রিয়ের সাহায্যে উত্তেজনা আনিবারও চেষ্টা করা হইয়াছে। মোটের উপর প্রবল সুগন্ধির কিঞ্চিত প্রভাব থাকিবারও কথা।

লিঙ্গপ্রদেশ গরম বালিশ বা কুশন দিয়া সেক দিলে সাময়িকভাবে উত্তেজনা হয় এই কথা ঠিক। গরম জলে ভিজাইয়া রাখিলেও লিঙ্গোদ্রেক হইয়া থাকে।

---

* ভিটামিন সম্বন্ধে গ্রন্থকারের "মাতৃমঙ্গল, জন্মনিয়ন্ত্রণ ও সুসন্তান লাভ" পুস্তকে বিস্তারিত বিবরণ দেওয়া হইয়াছে।

সাময়িকভাবে ইহা হয় বলিয়াই উহা অভ্যাসে পরিণত করা উচিত নহে। তাহা করিলে স্বাভাবিক ক্ষমতা হ্রাসপ্রাপ্ত হইয়া ঐরূপ কৃত্রিম উত্তেজক প্রক্রিয়ার মুখাপেক্ষী হইতে হইবে।

স্ট্রিকনিন (কুঁচিলা) লিঙ্গোদ্রেকে সহায়তা করে। ইহা বিষ বিশেষ। উপযুক্ত ডাক্তারের ব্যবস্থা ব্যতিরেকে ব্যবহারে বিপজ্জনক।

কোকেন বা পারকেন বাহ্য ব্যবহারে অবশতা আনয়ন করে। এইজন্য উহাদের অতি মৃদু সলিউশন লিঙ্গমণিতে ব্যবহার করিলে স্পর্শকাতরতা অনেকটা কমে এবং রতিকালের স্থায়িত্ব বাড়ে। উপযুক্ত ডাক্তারের ব্যবস্থা ছাড়া উহার ব্যবহার ক্ষতিকারক হইতে পারে।

অধুনা বৈদ্যুতিক প্রবাহ-সঞ্চালন উদ্দীপনারও প্রচলন দেখা যায়। উপযুক্ত লোকের হাতে না পড়িলে উহা মারাত্মক হইতে পারে।

বৃদ্ধের যৌবনে প্রত্যাবর্তনের সাধ (Rejuvenation)

বৃদ্ধের যৌবনে প্রত্যাবর্তনের সাধ স্বাভাবিক। বার্ধক্যে শরীর শিথিল, কর্মপ্রেরণা নিস্তেজ এবং লিঙ্গোদ্রেক ও রতিশক্তি হ্রাসপ্রাপ্ত হইয়া আসে। ইহার কি প্রতিকার নাই? এই প্রশ্নের উত্তর মানুষ বহুকাল হইতে দাবি করিয়াছে এবং এখনও করিতেছে।

এদিকে উদ্ভট খেয়ালের মধ্যে কয়েকটি উল্লেখযোগ্য ঃ রাজা দাউদের আমল হইতে অল্পবয়স্কা কুমারী বা যুবতীর সঙ্গে মিলনে পুনর্যৌবনপ্রাপ্তি হয় বলিয়া সংস্কার চলিয়া আসিতেছে। এই দেশে 'বালা স্ত্রী ক্ষীরোভোজনম্' কথা প্রচলিত আছে। এইটি কল্পনা ছাড়া আর কিছু নয়।

শক্তিশালী জন্তুর রক্ত, মাংস বা শুক্র পান করিলে যৌনশক্তি বাড়ে বলিয়াও বিশ্বাস ছিল। এইটিও খেয়াল মাত্র।

শুক্র ব্যয় না করিয়া ধরিয়া রাখায় উপকার হয় এই খেয়াল হইতেই ব্রহ্মচর্য, বিন্দু-সাধন (রমণে শুক্ররোধ) ইত্যাদি প্রথার উৎপত্তি হয়। এই সম্বন্ধে অন্যত্র মন্তব্য করা হইয়াছে। বিশেষ কোনও উপকার নাই বরং অত্যধিক সংযম শারীরিক ও মানসিক বিপর্যয় হইতে পারে।

চীনদেশীয় পণ্ডিতেরা গবেষণা চালাইয়া দেখেন যে, বার্ধক্যে যৌনগ্রন্থিসমূহের কর্মপ্রেরণা বাড়াইতে পারিলেই অন্যবিধ যৌবনসুলভ শারীরিক সকর্মতা আসিয়া পড়িবে। তাঁহারাও স্থূলদর্শনে হরিণের শিং গুড়া করিয়া খাওয়াইবার ব্যবস্থা দিতেন। এখনও ইহার প্রচলন আছে। তাঁহারা যুবকদের অণ্ডকোষের নির্যাস গ্রহণ করিয়া উহা দ্বারা প্রস্তুত ঔষধ বৃদ্ধদিগকে দিতেন। ঊনবিংশ শতাব্দীতে ক্লড বারনার্ড (Claude Bernard) এবং ব্রাউন সেকার্ড (Brown Sequard) নামক ফরাসী অধ্যাপকদ্বয় গ্রন্থিসমূহের অস্তিত্ব ও উহাদের অন্তঃস্রাবের কথা আবিষ্কার করেন।

ইহার পর হইতেই বার্ধক্যের কারণসমূহ অন্বেষিত হইতে লাগিল। গ্রন্থিসমূহের কর্মশক্তি হ্রাস উহার একটি প্রধান কারণ বলিয়া স্বীকৃত হইল।

ব্রাউন সেকার্ড ৭২ বৎসর বয়সে নিজের এবং অন্য কয়েকজন বৃদ্ধের শরীরে কতিপয় জন্তুর অণ্ডকোষের নির্যাস ইনজেক্শন করিয়া প্রভূত উপকার পাইলেন।

উহার পর ভিয়েনার স্টিনাক (Steinach) অন্য এক প্রকারে পরীক্ষাকার্য চালাইলেন। তিনি বৃদ্ধ ইঁদুরের শরীরে যুবক ইঁদুরের যৌনগ্রন্থি সন্নিবেশ করিয়া খুব ফল পাইলেন। কিন্তু মানুষের মধ্যে ঐরূপ প্রক্রিয়ার সুযোগ হইল না। কারণ, স্বভাবতই যুবকেরা ঐরূপ প্রক্রিয়ার জন্য ধার দিতে স্বীকৃত হইবে না।

তিনি অন্য এক প্রকারে অস্ত্রোপচারের সাহায্যে বৃদ্ধের অণ্ডকোষের স্বাভাবিক স্রাবের ধারা বন্ধ করিয়া দিয়া উপকার প্রদর্শন করিলেন। ইহাতে বৃদ্ধের যৌনসুখ উপভোগের ক্ষমতা এবং অন্যবিধ শারীরিক শক্তি ফিরিয়া আসে। এই উপকার ৪/৫ বৎসর স্থায়ী হয়। পরে আবার ধীরে ধীরে জরা আসে।

ইহার পরে কার্ল ডপ্লার (Carl Doppler) অন্য প্রকারের যৌনগ্রন্থিসমূহ হাতড়াইয়া উপকার দেখাইলেন।

বানরের গ্রন্থি প্রয়োগ (Monkey Gland Method)

অধুনা সার্জ ভরোনফ (Serg Voronoff) বৃদ্ধের শরীরের বানরের অণ্ডকোষ সন্নিবেশ করিয়া পুনর্যৌবন প্রাপ্তির ব্যবস্থা করিয়াছেন। দুঃখের বিষয় বৃদ্ধ মানুষের অনুপাতে বানরের সংখ্যা অনেক কম।

পুরুষের অণ্ডকোষের থলিতে ঐরূপ গ্রন্থি সংযোজিত করিতে হয়। ইহাতে রক্ত চলাচলের পর কয়েক মাসেই শরীরের প্রভূত উন্নতি হয়।

অনেকে মনে করেন যে, এই সমস্ত প্রক্রিয়ার সুফল শুধু মানসিক—দৈহিক নহে। অর্থাৎ অনেক পয়সা খরচ করিয়া কষ্ট স্বীকার করিয়া ঐরূপ প্রক্রিয়া করাইয়া স্বভাবতই লোকে সুফল প্রত্যাশা করিয়া থাকে। এই মানসিক আগ্রহ ও বিশ্বাসই আংশিক সুফল প্রদর্শন করে।

ইহাও খানিকটা সত্য। তবে মনুষ্যেতর জন্তুতেও যে ফল পাওয়া যায় তাহা ত আর প্রত্যাশা-সাপেক্ষ নয়।

যাহা হউক ভবিষ্যতে এই প্রণালীর আরও উন্নতি হইলে বৃদ্ধদের উপকারে আসিবে এই আশাই আমরা করিব।

Vasectomy বা Vasoligature বা Dr. Steinach's operation-এ যে পুনর্যৌবন প্রাপ্তির চেষ্টা করা হইয়া থাকে তাহা খুব সামান্য ব্যাপার। এই অস্ত্রোপচার

১০/১৫ মিনিটে শেষ হয়। অণ্ডকোষের দুই পার্শ্বের দুইটি মোটা শুক্রবাহীনল (Spermatic cord বা Vas Deferens) কাটিয়া বাঁধিয়া দেওয়া হয়। দুই দিকে করাইলে বন্ধ্যাত্ব ঘটে। এইজন্য ইহা জন্মনিয়ন্ত্রণের একটি সুনিশ্চিত কৌশল। এইরূপ করাইয়া লইলে জন্মনিয়ন্ত্রণের জন্য আর কিছু করার দরকার হয় না।

শুধু একদিকটায় করাইলে কতকটা পূর্বের স্বাস্থ্য ও শক্তি লাভ হয় অথচ প্রজনন-ক্ষমতাও থাকে।

এই পুস্তকের সহিত ঘনিষ্ঠ সম্বন্ধযুক্ত আমার একজন প্রবীন বন্ধু* জন্মনিয়ন্ত্রণের ও পূর্বস্বাস্থ্য-প্রাপ্তির জন্য এই অস্ত্রোপচার করাইয়া লইয়াছেন। তাঁহার অভিজ্ঞতা পাঠকদের জন্য উদ্ধৃত করিতেছি। তিনি কিছুদিন পূর্বে ভিন্ন ভিন্ন তারিখে আমাকে লেখেন ঃ

"আমি এখানকার (ইরাকের) মিলিটারী হাসপাতালের একজন ইংরেজ ডাক্তারের নিকট খুব কৃতজ্ঞ। তিনি ফেব্রুয়ারি মাসের ৫ তারিখে (১৯৪৪) আমার উপরে আমার অনুরোধে ষ্টিনাক (Steinach) অস্ত্রোপচার (Vasectomy বা Vasoligature) করিয়াছেন। আমাকে সম্পূর্ণ বেহুঁশ করিতে হয় নাই, শুধু যেখানে দরকার সেখানেই ঔষধ (local anasthetic) দিয়া বেদনা কমাইবার ব্যবস্থা করা হইয়াছে। আমার বয়স এখন ৫৭।"

"আমার দুই দিকেই অস্ত্রোপচার করিতে প্রায় ১৫ মিনিট করিয়া সময় লাগে। আমার প্রথম প্রথম প্রস্রাব করিতে কষ্ট হয়। ২৪ ঘণ্টায় ২ বার কাঠি (Catheter) দিয়া প্রস্রাব করিতে হয়। এইরূপ সামান্য কষ্ট এই অস্ত্রোপচারের পর হইয়াই থাকে। আমার বয়স বেশী (৫৭/৫৮) ও সেইজন্যই প্রস্টেট গ্রন্থি সামান্য বৃদ্ধি পাওয়াতেই বোধহয় একটু বেশী কষ্ট হইতেছে।...শেষ বারের মত কাঠি দিয়া প্রস্রাব করানো হইল ৮ তারিখে।"

"ডাক্তার বলিয়াছেন ১০ দিন পরে বিছানা ত্যাগ করিতে দিবেন। এই রকম অস্ত্রোপচারে লণ্ডনে আরও কতক লোক পুনর্যৌবন লাভ করিয়াছেন বলিয়া আশ্বাস দিলেন। কিন্তু কাহারও কাহারও ঐ উপকার হয় নাই তাহাও বলিলেন। আপনার পাঠকেরা এই প্রকৃত ঘটনা হইতে তথ্য জানিতে পারিবেন বলিয়াই আমি আমার অবস্থা খুলিয়া লিখিতেছি। লিঙ্গমূলের দুই পার্শ্বেই অস্ত্রোপচার করাইয়া লইয়াছি বলিয়া আমাকে আর কোনও জন্মনিয়ন্ত্রণের উপায় অবলম্বন করিতে হইবে না।..."

"প্রায় একমাস পরে আমার মলমূত্র ত্যাগের অবস্থা স্বাভাবিক দাঁড়াইয়াছে। এখন আর কোন কষ্ট বা অসুবিধা নাই। আমার যৌন যন্ত্রের কার্যক্ষমতা উন্নতি লাভ করিয়াছে এবং স্বাস্থ্য ও শক্তিও বাড়িয়াছে বলিয়া মনে হয়।..."

* লক্ষ্ণৌ নিবাসী শ্রীযুক্ত নির্মল দে। পরলোকগত।

"স্টিনাক অস্ত্রোপচারে (৩ বার শুক্রস্খলনের পর হইতে) পুরা মাত্রায় বন্ধ্যাত্ব ঘটে এই বিষয়ে কোন সন্দেহ নাই। ইহা ছাড়া অনেক ক্ষেত্রেই যে যৌনস্বাস্থ্য ফিরিয়া আসে এ কথাও মনে হয়। আমার মাসতুতো ভাই ভিয়েনায় এইরূপ অস্ত্রোপচার করাইয়া লন এবং উন্নতি হয় বলিয়া আমাকে বলেন। দেশে ফিরিবার পর আমার আত্মীয়-স্বজন অনেকেই আমার বয়স যেন কমিয়া গিয়াছে বলিতেছেন। দাম্পত্য-ব্যবহারের পর আমি প্রত্যক্ষ ঐ রকমই বুঝিতেছি। যৌনক্ষমতা হ্রাস ত হয়ই নাই, বরং বাড়িয়াছে মনে হয়।"

"তার একটা মস্ত প্রমাণ এই যে লম্বা কোন সিঁড়ি বাহিয়া উঠিলে আগেকার মতো আর আমি হাঁপাই না। আমি আমার যৌন আচরণেরও সঠিক বিবরণ এইজন্যই দিলাম যে, আপনি বুঝিতে পারেন অস্ত্রোপচারে আমার সুফল বা কুফল কি হইল।"

অধুনা এই ব্যবস্থার আরও উন্নতি হইয়াছে।

যৌন হরমোন (Sex Hormones) প্রয়োগ

এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে অন্তঃস্রাবী গ্রন্থিসমূহ ও হরমোন সম্বন্ধে আলোচনা করা হইয়াছে। পুরুষের অণ্ডকোষদ্বয় (Testes) ও স্ত্রীলোকের ডিম্বকোষদ্বয়ও (Ovaries) অন্তঃস্রাবী গ্রন্থির মধ্যেই স্থান পায়, কারণ যথাক্রমে শুক্রকীট ও ডিম্ব (Ovum) প্রস্তুত করা ভিন্ন ইহারা হরমোনও তৈয়ার করিয়া থাকে।

ঐতিহাসিক তথ্য

১৮৪৯ খ্রীস্টাব্দে বারথোলডের (Berthold) পরীক্ষার ফলে প্রথম এদিকে বৈজ্ঞানিক সমাজের দৃষ্টি আকৃষ্ট হয়। তিনি এক মোরগের দেহে অপর মোরগের অণ্ডকোষ সন্নিবেশিত (transplantation) করিয়া যে মোরগের ঝুঁটি (Capon Comb) শুকাইয়া যাইতেছে তাহাকে পুনরায় স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরাইয়া আনিতে সক্ষম হন। ইহার বহুকাল পরে ১৯১১ খ্রীস্টাব্দে স্টিনাক Steinach) অস্ত্রোপচার দ্বারা ডিম্বকোষ বাহির করিয়া ফেলা হইয়াছে এইরূপ স্ত্রীলোকের দেহে ডিম্বকোষ সন্নিবেশ দ্বারা তাহার শরীরে ডিম্বকোষের অভাবজনিত পরিবর্তন রোধ করিতে সক্ষম হন। ইহার এক বৎসর পরেই অ্যাডলার (Adler) ডিম্বকোষ ও গর্ভফুল (Placenta) এর নির্যাস দ্বারা জরায়ুর বৃদ্ধি আনয়ন করেন।

ইহার পর বহু গবেষণার ফলে যৌনগ্রন্থি ও হরমোন সম্বন্ধে মূল্যবান তথ্য আবিষ্কৃত হয়। ১৯২৯ খ্রীস্টাব্দে ডয়জি, ভেলের ও থেয়ার (Doisy, Veler & Thayer) সর্বপ্রথম এবং উহার অল্প কিছুকাল পরেই বুটেনাড (Butenadt) স্বতন্ত্রভাবে গর্ভবতী স্ত্রীলোকের প্রস্রাব হইতে একপ্রকার স্ত্রী হরমোন (oestrone) অবিমিশ্রভাবে প্রস্তুত করেন; পরে বুটেনাডই এই স্ত্রী-হরমোনের রাসায়নিক প্রকৃতিও

নির্ধারণ করেন। তিনিই ১৯২১ খ্রীস্টাব্দে পুরুষের প্রস্রাব হইতে পুরুষ-হরমোনের ন্যায় পদার্থ (androsterone) প্রস্তুত করিতে সমর্থ হন এবং ইহার রাসায়নিক প্রকৃতিও নির্ধারণ করেন। যৌন-হরমোনের রাসায়নিক প্রকৃতি জানার ফলে জীব-শরীর ব্যতীতই অন্য উপাদান হইতে যৌগিক প্রক্রিয়ায় যৌন-হরমোন প্রস্তুত হইবার সম্ভাবনা দেখা দেয় এবং ১৯৩৪ খ্রীস্টাব্দে রুযিকা (Ruzica) প্রথম এইরূপ ভাবে পুরুষ হরমোন প্রস্তুত করিয়া যৌন-হরমোন সম্বন্ধীয় গবেষণার নূতন পথ প্রদর্শন করেন। ঐ বৎসরই কয়েকজন বিজ্ঞানী স্বতন্ত্রভাবে প্রায় একই সময় অন্য একপ্রকার স্ত্রী-হরমোন (Progesterone) আবিষ্কার করেন এবং অল্প কিছুদিনের মধ্যেই বুটেনাড ও ফার্নহোল্জ (Fernholz) উদ্ভিদ হইতে ঐ স্ত্রী-হরমোন প্রস্তুত করিতে সমর্থ হন। ১৯৩৫ খ্রীস্টাব্দে ডেভিড (David) প্রমুখ চারিজন অণ্ডকোষ হইতে পুরুষ-হরমোন অবিমিশ্রিতভাবে বাহির করেন (isolated testosterone)।

এই সময় হইতেই বহু বিজ্ঞানীর অক্লান্ত পরিশ্রমের ফলে যৌনগ্রন্থির নির্যাস ছাড়াই যৌন হরমোনের রাসায়নিক প্রকৃতি ও কার্যকরী শক্তিবিশিষ্ট ঔষধ—যাহাদিগকে যৌন হরমোন (synthetic hormone) বলা হয়—এবং যৌন হরমোনজাত অধিকতর কার্যকরী নানাপ্রকার ঔষধ প্রস্তুত সম্ভব হইয়াছে। পূর্বে জন্তুর অণ্ডকোষ, ডিম্বকোষ, গর্ভফুল প্রভৃতি উপাদান হইতে হরমোন ইন্‌জেকশন প্রস্তুত এবং নানা প্রক্রিয়ায় ইহার কার্যকরী মাত্রা স্থির করিতে হইত। ইহার ফল এবং সাধারণত হরমোন চিকিৎসা দীর্ঘকাল ধরিয়া চালাইতে হয় বলিয়া যৌন-হরমোন দ্বারা চিকিৎসার ব্যয় অত্যন্ত অধিক পড়িয়া যাইত। তাহা ছাড়া জীব-শরীর হইতে প্রস্তুত হরমোন (natural hormone) খাওয়াইলে কোন কাজ হয় না বলিয়া ইন্‌জেক্‌শন ভিন্ন গত্যন্তর ছিল না—ইহাও নানা দিক দিয়া অসুবিধাজনক। এখন অন্যান্য বস্তু হইতে প্রস্তুত হরমোন পাওয়া যায়। ইহাদের মূল্য অনেক কম। এই সমস্ত হরমোন মাত্রাবিশেষে খাওয়াইলেও কার্যকারী হয়। বর্তমানে জীব-শরীর হইতে প্রস্তুত কোনও কোনও হরমোন খাওয়াইলে কার্যকরী হয় এইরূপ ঔষধ প্রস্তুত হইতেছে।

যৌন-হরমোনের প্রকৃতি

পুরুষের অণ্ডকোষ-নিঃসৃত হরমোনকেই পুরুষের যৌন-হরমোন বলা হইয়া থাকে। কারণ ইহা (testosterone) পুরুষের যৌনবোধ, যৌনক্ষমতা, যৌন-অঙ্গের বৃদ্ধি, যৌবনের প্রারম্ভে শরীরের অন্যান্য পরিবর্তন প্রভৃতির জন্য প্রধানত দায়ী। বয়ঃপ্রাপ্তির পূর্বে অণ্ডকোষ অস্ত্রোপচারের দ্বারা বাদ দিলে দেখা যায়, যৌন-অঙ্গসমূহ মোটেই বৃদ্ধি-প্রাপ্ত হয় না। পুরুষাঙ্গ বালকের ন্যায় ক্ষুদ্রাকার থাকিয়া যায়, শুক্রকোষ ও প্রস্টেট গ্রন্থি খুব ছোট থাকে, শুকাইয়াও যাইতে পারে, এবং দাড়ি, গোঁফ ও যৌনকেশ গজায় না।

গলায় স্বর মেয়েলী থাকিয়া যায় এবং নিতম্ব, উরু, কামাদ্রি ও বক্ষ এই সমস্ত স্থানে চর্বি জমিয়া আকৃতিতেও মেয়েলী হইয়া যায়।

যৌবনপ্রাপ্তির পরে অণ্ডকোষ বাদ দিলে তুলনায় পরিবর্তন সামান্যই হয়—গলার স্বর বা দাড়ি, গোঁফ ও যৌনকেশের কোনরূপ পরিবর্তন হয় না, পুরুষাঙ্গের আকৃতি ঠিকই থাকে, ছোট হইয়া যায় না। শুক্রোৎপাদন হয় না বলিয়া সন্তান জন্মদানের ক্ষমতা থাকে না এবং শুক্রকোষদ্বয় শুকাইয়া যায় বটে, কিন্তু রতিক্রিয়ায় বিশেষ অক্ষমতা হয় না। অনেক ক্ষেত্রে যে অক্ষমতা হইয়া থাকে তাহা মানসিক অক্ষমতা হইতে।

স্ত্রীলোকের যৌন হরমোন প্রধানত দুইটি, একটি ডিম্বকোষের গুটি নিঃসৃত ইস্ট্রাডিয়ল (Follicular Hormone or Oestradiol), অপরটি করপাস লুটিয়াম (Corpus Luteum)* নিঃসৃত হরমোন বা প্রজেস্টেরন (Luteal Hormone or Progesterone)। স্ত্রীলোকের যৌনবোধ, যৌন-অঙ্গসমূহের বৃদ্ধি, যৌবনাগমে দেহের নারীসুলভ অন্যান্য পরিবর্তন ও কমনীয়তা প্রভৃতির জন্য ইস্ট্রাডিয়লই প্রধানত দায়ী। বালিকাবস্থায় ডিম্বকোষ কাটিয়া বাদ দিলে সে বালিকা বালিকাই থাকিয়া যায়, তাহার দেহে নারীসুলভ কোনও পরিবর্তন দেখা দেয় না—যোনি, জরায়ু, স্তন, নিতম্ব বৃদ্ধি-প্রাপ্ত না হইয়া বালিকাসুলভ অবস্থায় থাকিয়া যায়। যৌন-কেশোদ্গম হয় না, ঋতুস্রাবও দেখা দেয় না। যৌবনাগমের পর ডিম্বকোষ বাদ দিলে জরায়ু ও যোনিপথ শুকাইয়া যায়। স্তন শুকাইয়াও যাইতে পারে, আবার অত্যধিক চর্বি জমিয়া খুব বড়ও দেখাইতে পারে। ঋতুস্রাব বন্ধ হইয়া যায়, সন্তান ধারণের ক্ষমতা থাকে না, সর্বাঙ্গে চর্বি জমিয়া মোটা হইয়া যায়। মানসিক পরিবর্তনও হয়, রতিকার্যে বিতৃষ্ণা নাও হইতে পারে।

রতিশক্তিহীনতা ও বীর্যধারণে অক্ষমতায় যৌন-হরমোন প্রয়োগে চিকিৎসা

মনে রাখিতে হইবে যে, রতিশক্তিহীনতা বা বীর্যধারণে অক্ষমতায় চিকিৎসার গোড়ার কথা হইল কারণ বুঝিয়া চিকিৎসা। শারীরিক দুর্বলতা, দীর্ঘস্থায়ী ব্যথা, লিঙ্গের অপুষ্টতা, মানসিক প্রভৃতি নানা কারণে আংশিক বা সম্পূর্ণ, স্থায়ী বা সাময়িক রতিশক্তিহীনতা বা বীর্যধারণে অক্ষমতা দেখা দিতে পারে। সর্বদাই কারণ খুঁজিয়া বাহির করিয়া তাহার চিকিৎসা করিতে পারিলেই উপকার পাইবার সম্ভাবনা বেশী।

যৌন-হরমোন দ্বারা—(১) লিঙ্গের অপুষ্টতা (বালসুলভ অবস্থা) জনিত,

(২) অত্যধিক হস্তমৈথুন বা মাত্রাতিরিক্ত রতিক্রিয়াজনিত,

---

* এক একটি ডিম্বকোষের গুটি (follicle) কাটিয়া গিয়া এক একটি ডিম্বস্ফোটন হয়। সেই ঋতুকালে গর্ভাধান হইলে ডিম্বকোষে ফোটা গুটি শুকাইয়া যায়, গর্ভাধান হইলে উহা রূপান্তরিত হইয়া করপাস লুটিয়ামে পরিণত হইয়া ক্রমশ বর্ধিত হইতে থাকে এবং গর্ভের তৃতীয় মাস পর্যন্ত কার্যক্ষম থাকে।

(৩) মানসিক কারণসম্ভূত, এমনকি

(৪) বার্ধক্যজনিত রতিশক্তিহীনতার, এবং

(ক) যৌন-অঙ্গের অত্যন্ত অনুভূতিশীলতার (hyperaesthesia of sex organs) জন্য ও

(খ) মানসিক কারণে বীর্যধারণে অক্ষমতার চিকিৎসায় উপকার আশা করা যায়। এমনকি যেখানে কোনও কারণ খুঁজিয়া পাওয়া যায় না সেইসব ক্ষেত্রেও যৌন হরমোন ব্যবহারে কোনও কোনও স্থলে উপকার পাওয়া গিয়াছে। একটি উল্লেখযোগ্য বিষয় হইল এই যে, পুরুষের এই সমস্ত চিকিৎসায় কেবল যে পুরুষ-হরমোনই ব্যবহৃত হয় তাহা নহে, কোনও কোনও অবস্থায় স্ত্রী হরমোনও ব্যবহারের প্রয়োজন হয় (কোনও কোনও স্ত্রীরোগে পুরুষ-হরমোন প্রয়োগ চিকিৎসায় উপকার পাওয়া গিয়াছে)।

রতিশক্তিহীনতা ঃ (১) পুরুষাঙ্গের বালসুলভ অবস্থাজনিত রতিশক্তিহীনতায় দীর্ঘদিন ধরিয়া উপযুক্ত মাত্রায় পুরুষ-হরমোনজাত ইনজেক্‌শন Testosterone propionate অথবা Methyl Testosterone দিতে হয়।*

(২) ও (৩) মানসিক কারণে বা অতিরিক্ত সম্ভোগ বা হস্তমৈথুনজনিত রতিশক্তিহীনতায় সাধারণত পুরুষ-হরমোনজাত ঔষধ ব্যবহৃত হয়। ইহার সহিত (অথবা শুধু) ইস্ট্রাডিয়ল (Oestradiol synthetic or natural) জাত ঔষধ ব্যবহারে খুব তাড়াতাড়ি ফল পাওয়া যায়।

রতিশক্তিহীনতা পূর্ণ বা আংশিক, স্থায়ী বা সাময়িক, ইহার উপর হরমোনের প্রয়োগবিধি ও মাত্রা নির্ভর করে। এমনকি গুরুতর মানসিক কারণ বা অতিরিক্ত সম্ভোগের ফলে যে স্থায়ী ধ্বজভঙ্গ, যেখানের পুরুষাঙ্গ একেবারেই উত্থিত হয় না, সেক্ষেত্রেও উপযুক্ত মাত্রায় স্ত্রী (বীজকোষ) হরমোনজাত ঔষধ (Oestradiol benzoate or dipropionate, stilboesterol etc.) ও তৎসহ টেস্টোস্টেরন (পুরুষ-হরমোন) ব্যবহারে ফল পাওয়া গিয়াছে। ইস্ট্রাডিয়লের মাত্রা বেশী হইয়া গেলে ঘন ঘন সঙ্গমেচ্ছা, পুনঃ পুনঃ লিঙ্গের দীর্ঘস্থায়ী দৃঢ়তাপ্রাপ্তি, রতিক্রিয়ায় অল্প-সময়েই বীর্যস্খলন, ঘন ঘন স্বপ্নদোষ প্রভৃতি ঘটিয়া থাকে। সেইজন্য এই সমস্ত ক্ষেত্রে টেস্টোস্টেরনজাত ঔষধ দ্বারা চিকিৎসাই প্রধান, কেবল দীর্ঘস্থায়ী রতিশক্তি-হীনতার ক্ষেত্রে এবং যেখানে দাম্পত্যসুখের জন্য খুব তাড়াতাড়ি ফল পাওয়া প্রয়োজন সেখানে টেস্টোস্টেরন-এর সহিত অল্পমাত্রায় ইস্ট্রাডিয়ল প্রয়োগ করিতে হয়।

---

*১৯৩৮ খ্রীষ্টাব্দে ভেষ্ট ও হাওয়ার্ড নামক দুইজন একটি সাড়ে তিন বৎসর বয়সের নিগ্রো বালককে তাহার কোনও রোগের জন্য Testosterone propionate দ্বারা চিকিৎসা করেন। এক বৎসর চিকিৎসা চলে। ইহার ফলে ঐ বয়সেই তাহার যুবকের ন্যায় যৌনক্ষমতা জন্মায় ও সাধারণ পূর্ণ বয়স্ক পুরুষ অপেক্ষাও পুরুষাঙ্গের আকৃতি বৃহত্তর হয়।

(৪) **বৃদ্ধ বয়সে রতিশক্তিহীনতায়ও** যৌন-হরমোন ব্যবহারে উপকার সম্ভব। 'বৃদ্ধস্য তরুণী ভার্যা' আমাদের কম নহে। বৃদ্ধ স্বামীরা দর্শন, প্রদর্শন ও স্পর্শনের (এবং স্ত্রী-অঙ্গ চুম্বন ও অবলেহনের) দ্বারা নিজেদের বর্ধিত যৌনবোধের তৃপ্তিসাধন করিতে পারেন বটে কিন্তু স্ত্রীদিগের উপায় কি? এই সকল তরুণী ভার্যার জীবন অল্প মাত্রায়ও সুসহ করিতে হইলে বৃদ্ধ স্বামীদের রতিশক্তি বাড়াইতে হইবে। প্রথম কিছুকাল উপযুক্ত মাত্রায় টেস্টোস্টেরন ও ইস্ট্রাডিয়ল ইনজেক্‌শন এবং রতিশক্তি বর্ধিত হইতেছে বুঝিতে পারিলে উক্ত হরমোনদ্বয় হইতে প্রস্তুত বটিকা সেবন বা মলম ব্যবহার করা যাইতে পারে। বৃদ্ধ বয়সে কোন কিছুতেই সহজে উপকার পাওয়া সম্ভব নহে এবং উপকার পাওয়া গেলেও তাহা স্থায়ী হয় না, কাজেই বরাবর ঔষধ ব্যবহার করিয়া যাইতে হয়।

বীর্যধারণের অক্ষমতা (Premature ejaculation): (১) যৌন-অঙ্গের অনুভূতিশীলতা বেশী হইলে সঙ্গমারম্ভের অল্পক্ষণের মধ্যেই বীর্যস্খলন হইয়া যায়। এরূপ ক্ষেত্রে অল্পমাত্রায় টেস্টোস্টেরন বা উপযুক্ত মাত্রায় প্রজেস্টেরন ব্যবহারে উপকার পাওয়ার সম্ভাবনা।*

(২) মানসিক কারণে বীর্যধারণে অক্ষমতা হইলে মনস্তাত্ত্বিক চিকিৎসার সহিত প্রজেস্টেরন ইনজেক্‌শন দেওয়া প্রয়োজন। এই সম্পর্কে পরে বহু কথা বলা হইতেছে।

মনে রাখিতে হইবে যে, অনেক ক্ষেত্রেই, এমনকি দীর্ঘস্থায়ী সম্পূর্ণ অক্ষমতার ক্ষেত্রে যৌন-হরমোন ব্যবহারে উপকার সম্ভব হইলেও কোন্ অবস্থায় কোন্ হরমোন কিভাবে ও কি মাত্রায় কতদিন ব্যবহার করিতে হইবে তাহা স্থির করা **অত্যন্ত কঠিন**। উপযুক্তভাবে ব্যবহার করিতে না পারিলে অনেক ক্ষেত্রে **অপকার** হইবার আশঙ্কাও থাকে। যেমন, বীর্যধারণে অক্ষমতার ক্ষেত্রে যদি পুরুষাঙ্গের উত্থানক্ষমতার আংশিক অভাবও থাকে এবং বীর্যধারণ ক্ষমতা বাড়াইবার জন্য প্রজেস্টেরন ইনজেক্‌শন দেওয়া হয়, তাহা হইলে ঐ প্রজেস্টেরনের জন্য পুরুষাঙ্গের যেটুকু উত্থানক্ষমতা ছিল তাহাও নষ্ট হইয়া যাইবে—ধারণক্ষমতা বৃদ্ধি কোন কাজেই লাগিবে না। এইরূপ ক্ষেত্রে আগে লিঙ্গের উত্থানশক্তি বাড়াইতে হইবে এবং সেইজন্য পুরুষ-হরমোন দ্বারা চিকিৎসা করিয়া উত্থানশক্তি স্বাভাবিক অবস্থায় আসিলে পরে পুরুষ হরমোনের সহিত করপাস লুটিয়াম হরমোন (প্রজেস্টেরন) আরম্ভ করিতে হইবে এবং ফলাফলের দিকে দৃষ্টি রাখিয়া ঔষধের প্রয়োগবিধি ও মাত্রা নিয়ন্ত্রণ করিতে হইবে। আবার এইরূপ ক্ষেত্রেই লিঙ্গের দৃঢ়তাপ্রাপ্তি স্বাভাবিক ও ত্বরান্বিত করিবার জন্য ডিম্বকোষ নিঃসৃত হরমোন (ইস্ট্রাডিয়ল) প্রয়োগ করিলে বীর্যধারণ ক্ষমতা আরও কমিয়া যাইবে, হয়ত মিলিত হইতে

---

* লিঙ্গমণির (Glans Penis) কোমলতা ও স্পর্শকাতরতা হেতু যেখানে যোনির প্রচাপ বেশীক্ষণ সহ্য করা সম্ভব হয় না, অল্প সময়েই শুক্রপাত হইয়া যায়, সেইরূপ ক্ষেত্রে লিঙ্গমণির স্পর্শকাতরতা কমাইবার জন্য ত্বকচ্ছেদ বা রবারের টিপ ব্যবহারের কথাও অবশ্যই বিবেচনা করিতে হইবে। এই সম্বন্ধে পূর্বেই আলোচনা করা হইয়াছে।

না হইতেই শুক্রপাত হইয়া যাইবে। কাজেই যৌন-হরমোন দ্বারা চিকিৎসা করিতে হইলে, যেমন হরমোন চিকিৎসা সম্বন্ধে সুবিজ্ঞ চিকিৎসকের দরকার, তেমনই ডাক্তারের সহিত রোগীর অসঙ্কোচ ও সম্পূর্ণ সহযোগিতাও অবশ্য প্রয়োজনীয়।

যৌন হরমোন দ্বারা চিকিৎসা সম্বন্ধে যাহা লিখা হইল ইহার সহিত সকল বিশেষজ্ঞ একমত নহেন। কাহারও কাহারও মতে একমাত্র হরমোনের অভাবজনিত ক্ষেত্রেই হরমোন চিকিৎসায় ফল হইবে, অন্যক্ষেত্রে ফল হইতে পারে না। আবার অনেকে দেখাইয়াছেন যে, অন্য কোনও কোনও কারণ (যেমন মানসিক কারণ) জনিত ক্ষেত্রেও হরমোন প্রয়োগে উপকার সম্ভব। উভয় দলেরই স্বপক্ষে ও বিপক্ষে অনেক যুক্তি ও প্রমাণ আছে। সে সব আলোচনার অবকাশ এখানে নাই, শুধু এইটুকু বলিলেই যথেষ্ট হইবে যে, যেখানে আমাদের পূর্ববর্ণিত কারণসমূহের যে কোনও একটি বর্তমান বা যেখানে কোনও কারণই খুঁজিয়া পাওয়া যাইতেছে না সেইসব ক্ষেত্রে হরমোন চিকিৎসা দ্বারা আরোগ্যের চেষ্টা করা উচিত। আর সে চেষ্টা না করিলে আরোগ্য লাভ হইবে না এইকথা বলা চলে না। এই সম্বন্ধে গবেষণা চলিতেছে। অদূর ভবিষ্যতে আরও নিশ্চিত প্রক্রিয়ার সন্ধান পাওয়া যাইবে বলিয়া আশা করা যায়।

উপরোক্ত গ্রন্থিনির্যাস সমবায়ে পুরুষের জন্য প্রস্তুত উদ্দীপক ঔষধ বিশ্বস্ত ঔষধালয়ে পাওয়া যায়। স্ত্রীলোকদের জন্যও ডিম্বাশয় প্রধান গ্রন্থিরস সমবায়ে প্রস্তুত ঔষধ পাওয়া যায়।

যৌন-হরমোনজাত বা অনুরূপ কয়েকটিমাত্র ঔষধের উল্লেখ নিম্নে করা হইতেছে—

১। **পুরুষ-হরমোন** (Testicular hormone) **জাত বা উহার অনুরূপ**

নাম	প্রস্তুতকারক	কিভাবে ব্যবহার্য
(ক) Testoviron	Scherring	ইন্‌জেক্‌শন (I. M.)
(খ) Testoviron Depot	ঐ	ঐ
(গ) Testoviron T···	ঐ	মালিশ
(ঘ) Testoviron Tablets	ঐ	মুখের মধ্যে মাড়ী ও গালের ফাঁকে রাখিয়া গলিতে দেওয়া
(ঙ) Testoral	Organon	ঐ
(চ) Sustanon '100,250'	ঐ	ইন্‌জেক্‌শন
(ছ) Pasuma 'Strong'	Emerck	বটিকা
(জ) Perandren Ampoules	Ciba	ইন্‌জেক্‌শন (I. M.)
(ঝ) Perandren Liquid	ঐ	সেবন করিবার
(ঞ) Perandren Linguest	ঐ	জিহ্বার নিচে বসাইয়া গলিতে দেওয়া

২। পুরুষ হরমোনজাত

নাম	প্রস্তুতকারক	কিভাবে ব্যবহার্য
(ক) Sextone*	Welfare Services (J) 31, Topkhana Road Dhaka-2	মালিশ
(খ) Hormotablets*	ঐ	দাঁতের গোড়ায় গলানো

৩। স্ত্রী-হরমোন (Ovarian hormone) জাত বা উহার অনুরূপ

ডিম্বকোষের গুটি-নিঃসৃত (Folicular)—

(ক) Progynon Dragees	Scherring	মুখে গলিতে দেওয়া
(খ) Progynon Boleosum	ঐ	ইনজেক্‌শন (I. M.)
(গ) Progynon Ointment	Scherring	মালিশ
(ঘ) Progynon C এবং ঐ M	ঐ	মুখে খাইবার
(ঙ) Ovocyclin	Ciba	ইন্‌জেক্‌শন (I. M.)
(চ) Ovocyclin Tablet	ঐ	মুখে খাইবার
(ছ) Ovocyclin Linguet	ঐ	জিহ্বার নিচে গলানো
(জ) Ovocyclin Ointment	ঐ	মালিশ

৪। করপাস লুটিয়াম (Corpus Luteum) নিঃসৃত—

(ক) Proluton	Scherring	ইন্‌জেক্‌শন
(খ) Proluton I. V.	ঐ	ঐ
(গ) Corpora Lute Capsules & Emplets	Parke Davis	মুখে খাইবার
(ঘ) Lutocyclin Ampoules	Ciba	ইন্‌জেক্‌শন
(ঙ) Lutocyclin Liquid	ঐ	মুখে খাইবার
(চ) Lutocyclin Linguets	ঐ	Sublingual
(ছ) Lutocyclin Ointment	ঐ	মালিশ
(জ) Ethisterone Tablets	Boots	জিহ্বার নিচে গলানো

৫। মিশ্রিত (Combined Follicular and Luteal hormones)

(ক) Duogynon	Scherring	ইন্‌জেক্‌শন
(খ) Lut-ovocyclin	Ciba	ঐ

* অত্যন্ত ফলপ্রদ। বহু পরীক্ষিত।

৬। পুরুষ ও স্ত্রী হরমোন (Combined Testicular & Ovarian hormones)

নাম	প্রস্তুতকারক	কিভাবে ব্যবহার্য
(ক) Primodian Tablets (Methyl Testosterone & Ethynyl Oestradiol)	Scherring	মুখে খাইবার
(খ) Testoluton (Testosterone propionate & Progesterone)	ঐ	ইন্‌জেক্‌শন (I.M)

৭। ভিটামিন-হরমোন মিশ্রিত

Hormo-Gerobion	Emerck	বটিকা

Zaman Brother's & Company, 15, Baitul Mukarram, Dhaka-2-তে এই সকল ঔষধের অনেকগুলি পাওয়া যায়।*

পাঠক-পাঠিকার মধ্যে কেহ উপযুক্ত ডাক্তারের পরামর্শ মতে ব্যবহার করিয়া ফলাফল আমাকে জানাইলে বাধিত হইব। ব্যবহার বিধি সঙ্গে থাকে।

আবার যেটা যেখানে খাটে না অথবা উপযুক্ত ঔষধেরও মাত্রাধিক্য হইলে অনিষ্ট হয় বলিয়া উপযুক্ত ডাক্তারের ব্যবস্থা না লইয়া ব্যবহার করা উচিত নহে।

বৈদ্যুতিক চিকিৎসা—কোনও কোনও ক্ষেত্রে পুরুষের অণ্ডকোষ অথবা নারীর ডিম্বকোষকে পুনরুজ্জীবিত (Stimulate) করিবার জন্য বিশেষ প্রকার বৈদ্যুতিক প্রবাহ (High frequency elec ric current and diathermy electric currents) ব্যবহৃত হয়, কিন্তু এইরূপ চিকিৎসা এই প্রক্রিয়ায় বিশেষজ্ঞের দ্বারাই হওয়া উচিত। ইহার জন্য যে মূল্যবান ও জটিল যন্ত্রপাতি আবশ্যক হয় তাহা শুধু বিশেষজ্ঞরাই রাখিতে পারেন। এই ব্যাপারে সাধারণ বিদ্যুৎ প্রবাহ (Galvanic or aradic) কোন কাজের নয়। রতিশক্তি আবার আনিয়া দেওয়ার মত যে সব বৈদ্যুতিক যন্ত্রের বিজ্ঞাপন দেখা যায় সেইগুলির দ্বারা কোন উপকার হয় না।

অনুরোধ

এই বিষয়ে বিস্তৃত আলোচনা করিবার উদ্দেশ্য পাঠক-পাঠিকাকে অবহিত করা। সঠিক জ্ঞান থাকিলে অপরের প্রতারণা হইতে নিজেদের রক্ষা করিতে পারিবেন, ইহাই আমাদের আশা।

পাঠক-পাঠিকাগণ যদি নিজ নিজ অভিজ্ঞতা হইতে কোনও উপকারী ঔষধের

* এইগুলি শুধু নিজের খেয়াল খুশী মত কিনিয়া ব্যবহার করিবেন না।

সন্ধান দিতে পারেন তাহা হইলে আমরা কৃতজ্ঞ হইব। আন্দাজী কথা শুনিয়া বিশ্বাস করা ঔষধের কথা লিখিবেন না। তবে অনেক পাঠক-পাঠিকাই বিজ্ঞাপিত ঔষধ আনিয়া ঠকিয়া থাকিবেন। তাঁহারাও অনুগ্রহ করিয়া কি ঔষধে অযথা অর্থব্যয় হইল জানাইলে আমাদের অনুসন্ধানের সুবিধা হইবে।

ডাক্তার, কবিরাজ, হাকিম প্রমুখ এবং ঔষধ-বিক্রেতাদের নিকটও আমাদের অনুরোধ এই যে, তাঁহারা প্রকৃত, প্রত্যক্ষ ফলদায়ক নির্ভরযোগ্য ঔষধের নমুনা পাঠাইলে সুবিবেচক ভদ্রলোক ও চিকিৎসক দ্বারা উহার পরীক্ষা করাইয়া দেখিতে পারি। বলা বাহুল্য, সন্তোষজনক ক্ষেত্রে পাঠক-পাঠিকার দৃষ্টি আকর্ষণ করিতেও আমরা সঙ্কোচবোধ করিব না। ইহাতে উভয়পক্ষ উপকৃত ও লাভবান হইবেন।*

॥ চৌদ্দ ॥

অঙ্গের পরিমাপ ও কার্যকারিতা

অহেতুক উৎকণ্ঠা

আমরা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে জননেন্দ্রিয়সমূহের প্রকার ও আকার সম্বন্ধে আলোচনা করিয়াছি। স্বাভাবিক আকারের কি পরিমাপ হওয়া উচিত তাহা ঐ আলোচনা হইতে স্পষ্টই প্রতীয়মান হইবে। তথাপি নিজ নিজ অঙ্গ সম্বন্ধে অনেকেই উৎকণ্ঠা বোধ করিয়া থাকেন।

সুবিখ্যাত 'নরনারী' পত্রিকার সম্পাদকের নিকট জনৈক পাঠক নিম্নলিখিত প্রশ্ন করিয়া উত্তর চাহেন ঃ

"প্রত্যেক নরনারীর গঠনের সামঞ্জস্য মত তাহার প্রত্যেক অবয়ব, অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ বৃদ্ধি পাইয়া থাকে। যেমন, মানবের দৈর্ঘ্য অনুযায়ী তাহার হস্ত পদাদি বৃদ্ধি পাইয়া থাকে। সেইরূপ তাহার পুরুষাঙ্গও বৃদ্ধি পায় নিশ্চয়। একটি হৃষ্টপুষ্ট প্রায় ২৫/২৬ বৎসরের বাঙালী যুবকের পুরুষাঙ্গ স্বাভাবিক অবস্থায় বোধহয় দৈর্ঘ্যে অন্তত ৩½—৪½ ইঞ্চি হওয়া স্বাভাবিক। যদি তাহা না হইয়া ১০/১১ বৎসরের বালকের ন্যায় বৃদ্ধি পাইয়া থাকে তাহা হইলে তাহাকে বিকৃত-অঙ্গ বলিবেন নিশ্চয়। উহার প্রতিকার করিবার যদি কোনও উপায় থাকে তাহা জানাইলে বিশেষ বাধিত হইব। উক্ত পুরুষটি এখনও অবিবাহিত।

* আমাদের বহু বৎসরের গবেষণার ফল ১৮ অধ্যায়ে এই সংস্করণেই প্রথম সংযোজিত হইল। বহু নরনারীর ভুল ধারণা ও কুসংস্কার খণ্ডন করিয়া কতকটা আশার আলো উক্ত অধ্যায়ে দিতে চেষ্টা করিলাম।

তিনি সম্পূর্ণ নীরোগ ; কেবলমাত্র তাঁহার পুরুষাঙ্গ ছোট ছেলেদের ন্যায় ক্ষুদ্র। তাঁহার শুক্রপাতও যুবকের ন্যায় হইয়া থাকে। তিনি অত্যন্ত মিতাচারী। হস্তমৈথুন ইত্যাদি কুপন্থার দ্বারা তিনি কদাচিৎ শুক্রক্ষয় করি। থাকেন। তাঁহার দৈর্ঘ্য ৫ ফুট ১১ ইঞ্চি, বুকের ছাতি ৩৮ ইঞ্চি। তিনি অত্যন্ত বলবান। তিনি নিয়মিত ব্যায়াম করিয়া থাকেন। যদি কোনও কৃত্রিম উপায়ে পুরুষাঙ্গ তাঁহার বলিষ্ঠ গঠনের উপযুক্ত বৃদ্ধিপ্রাপ্ত করা যায় তাহাও জানাইবেন। ঔষধের কথাও জানাইবেন।

এই বিষয়ে বক্তব্য এই যে. শারীরিক গঠন অনুযায়ী অঙ্গ-প্রত্যঙ্গের বৃদ্ধি স্বাভাবিক তবে শৈশব হইতে পূর্ণবয়স প্রাপ্তি পর্যন্ত বৃদ্ধি পাইতে পারে এক। সীমা আসে যাহার পরে অতটা বৃদ্ধি পায় না। নাক, কান, হাত, অঙ্গুলী যেমন আর বাড়ে না পুরুষাঙ্গ সম্বন্ধেও একই কথা খাটে। তবে Pituitary এবং Sex Glands এর গোলমাল থাকিলে অনেক সময় উহার বৃদ্ধি বাধাপ্রাপ্ত হয়।

উত্তেজিত অবস্থায় উহা ৪ হইতে ৫ ইঞ্চি হওয়াই বাঞ্ছনীয়। ছোট ছেলের মত পরিমাপের হইলে তাহাকে infantile penis বলা যাইতে পারে, অবশ্য যদি অস্বাভাবিক বা অত্যধিক ছোট বলিয়া মনে হয়।

ভদ্রলোকটির এখনই উপযুক্ত ডাক্তার দেখানো উচিত। যদি খুব ছোট না হয় তাহা হইলে অবশ্য চিন্তার কোনও কারণ নাই। কারণ, রতিশক্তি শুধু অঙ্গের পরিমাপের উপর নির্ভর করে না। রতিকৌশল আয়ত্ত হইলে এই ত্রুটি শোধরানো যায়। এইজন্য যৌন জ্ঞান লাভ করা দরকার। নিজের উপর বিশ্বাস থাকিলে ভদ্রলোকটির দাম্পত্য জীবনের পথে কোনও বাধা থাকিবার কথা নাই ('আসনকলা' শীর্ষক আলোচনা দেখুন)।

গ্ল্যাণ্ডের চিকিৎসা ছাড়া কোনও ঔষধ ব্যবহারে ইহার খুব উপকার হয় বলিয়া আমার জানা নাই। ইহা ছাড়া Vacuum Tube বলিয়া এক প্রকার যন্ত্র আছে। এই সম্পর্কে অনেক প্রশংসারও বাড়াবাড়ি করা হইয়া থাকে। ইহা এক-মুখখোলা একটি কাচের শিশি বিশেষ। অপরদিকে একটি ক্ষুদ্র ছিদ্রযুক্ত নলে বায়ু নিষ্কাশনের কলের ব্যবস্থা আছে। পুরুষাঙ্গ শিশিটির ভিতরে রাখিয়া হাওয়া বাহির করিতে থাকিলে উহা দৈর্ঘ্য ও প্রস্থে ফুলিতে থাকে। সাময়িকভাবে এমন হয়, তবে ইহার ক্রিয়া স্থায়ী হয় না। আমরা প্রত্যক্ষ পরীক্ষা করিয়া দেখিয়া হতাশ হইয়াছি।

পুরুষের অঙ্গ শীতকালে বা সিক্ত অবস্থায় অনেকটা খর্ব ও সংকুচিত হইয়া থাকে মাত্র। তবে অতি অল্প ক্ষেত্রে দেখা যায়, পুরুষাঙ্গ অণ্ডকোষের থলির মধ্যে সম্পূর্ণ বা আংশিকভাবে আবদ্ধ ও লুক্কায়িত থাকে। ইহাকে Penis Palmatus বলে।

প্রাচীন ডাক্তার, হাকিম প্রমুখ এই অভিমত দিয়াছেন যে. সরিষার তৈল বা অন্য কোনও তৈল মর্দন করিলে যে কোনও অঙ্গের উন্নতি এবং খানিকটা বৃদ্ধি সম্ভবপর হয়। পুরুষাঙ্গ সম্বন্ধেও এই ব্যবস্থা খানিকটা উপযোগী। তবে ইহার সুযোগ গ্রহণ করিয়াই ব্যবসাদারেরা নানাপ্রকার তৈল মালিশ ইত্যাদির বিজ্ঞাপন দিয়া থাকে। অপেক্ষাকৃত

অল্প মূল্যের তৈল বা চর্বি মিশ্রিত ঔষধাদি দিয়া ঐরূপ মর্দনাদি করিয়া মালিশ করিবার ব্যবস্থাও দিয়া থাকে। ইহাতে মালিশের নিজস্ব শক্তি কতটা তাহা বুঝিয়া উঠা যায় না। আবার মালিশের একটি বিপদ এই যে, ব্যবহারকালে উত্তেজনা হওয়ায় হস্তমৈথুন বা শুক্রস্খলন ঘটিয়া বসিতে পারে। এক্ষেত্রে সংযমের আবশ্যক।*

আবার বলিব যে, প্রায় ৭৫ ভাগ পুরুষের মনে এই দুঃখ থাকে যে, তাঁহার অঙ্গ অতি ক্ষুদ্র, সুতরাং তিনি নারীকে সন্তুষ্ট করিতে পারিবেন না। এইজন্য তাঁহারা হাতুড়ে ও চতুর ব্যবসাদারদের বিজ্ঞাপিত মালিশ ও সেবনের ঔষধাবলী ব্যবহার করিয়া থাকেন। যাঁহারা এইরূপ মনে করেন তাঁহাদের মধ্যে প্রায় ৯৫ ভাগ আশঙ্কা অমূলক। এই ভ্রান্ত ধারণার কারণ: (১) তাঁহারা সম্ভবত শীতকালে অথবা স্নানের পর উহা দেখিয়া ঐ ধারণা করিয়াছেন। (২) অথবা তাহারা পুরুষাঙ্গের গড়পড়তা আকার জানেন না, কারণ অনেকের অঙ্গ দেখার সুযোগ হয় নাই। (৩) যোনিনালীর গড়পড়তা গভীরতা কত তাঁহারা তাহা জানেন না এবং (৪) সর্বোপরি উপরে উল্লিখিত তথ্য জানেন না। (৫) বোধহয় তাঁহারা অজ্ঞ লোকদিগের নিকট জানিয়াছেন যে, যোনিনালীই সুখানুভূতির একমাত্র স্থান। তাহাদের আশ্বস্ত করিবার জন্য জানানো আবশ্যক যে, (ক) শীতকালে, স্নানের সময়ে ও পরে কিছুক্ষণ, এবং ভয়, দুশ্চিন্তা ও কোনও বিষয়ে গভীরভাবে নিবিষ্ট থাকিলে সকলেরই অঙ্গ অত্যন্ত সংকুচিত হইয়া যায়, এমনকি এক ইঞ্চিরও কম দেখাইতে পারে। (খ) অঙ্গের প্রকৃত আকার বুঝিতে হইলে উহাকে উত্থিত অবস্থায় দেখা ও মাপা আবশ্যক। আবার, বীর্যস্খলনের পূর্ব মুহূর্তে অপর সময় অপেক্ষাও উহা বৃহৎ হয় সুতরাং সঙ্গম সম্পর্কে, উহাকে ঐ সময়েই মাপা উচিত।

(১) আমার কয়েকজন ডাক্তার বন্ধুর লিঙ্গের মাপ—

	শারীরিক উচ্চতা	লিঙ্গের দৈর্ঘ্য		শারীরিক উচ্চতা	লিঙ্গের দৈর্ঘ্য
(১)	৫′২″	৫″	(৮)	৫′৬″	৫¾″
(২)	৫′৫″	৫″	(৯)	ঐ	৫½″
(৩)	৫′৫¼″	৪½″	(১০)	৫′৮′	৫¾′
(৪)	ঐ	৫½″	(১১)	ঐ	৫¼″
(৫)	৫′৫½″	৪¾″	(১২)	ঐ	৪¾″
(৬)	৫′৬″	৫′	(১৩)	৫′১০″	৬¼″
(৭)	৫′৬″	৫″			

মন্তব্য—আরও অনেকের লিঙ্গের মাপ শোনা ছিল—লিখিয়া রাখা হয় নাই।

---

* ফ্যামিলী ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস, জে, ৩১, তোপখানা, ঢাকা-২ এই ঠিকানায় অবস্থা পুরাপুরি সত্যভাবে লিখিয়া জানাইলে Sextone বলিয়া একটি মালিশের ব্যবস্থাপত্র পাইতে পারেন। মালিশটি উপকারী।

স্পষ্টতই দেখা যাইতেছে যে, শরীরের দৈর্ঘ্যের সহিত লিঙ্গের মাপের বিশেষ সম্পর্ক নাই। (প্রসঙ্গত বলা যায় যে, স্ত্রীলোকের স্তনের আকার ও গঠন এবং যোনির আকার ও যোনিনালীর গভীরতাও স্ত্রীলোকের শারীরিক দৈর্ঘ্য বা স্থূলত্বের উপর নির্ভরশীল নহে।)

উপরের সবগুলি উদাহরণের লিঙ্গের মাপগুলির গড় সোয়া পাঁচ ইঁচি। সর্বাপেক্ষা ক্ষুদ্র লিঙ্গ ৪½" এবং সর্বাপেক্ষা দীর্ঘটি ৬½" লম্বা। ইহার কোনটিই অস্বাভাবিক নহে।

শরীরের দৈর্ঘ্যের সহিত লিঙ্গের দৈর্ঘ্যের বিশেষ সম্পর্ক নাই। একমাত্র খুব বেঁটে লোকদের লিঙ্গ কিছুটা ছোট হওয়ার সম্ভাবনা, ইহাও সর্বদা সত্য নয়। একজন বেঁটে লোকের অস্বাভাবিকভাবে বড় লিঙ্গের কথা জানি।

জাতিগতভাবে লিঙ্গের দৈর্ঘ্যের বিভিন্নতা সম্ভব ; যেমন, নিগ্রোদের লিঙ্গ দীর্ঘ হইয়া থাকে। জনৈক ডাক্তার বন্ধু লিখিয়াছেন, "আমার ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতায় বহু রোগী, বন্ধু-বান্ধব ও অন্যান্য অনেকের লিঙ্গ দেখিবার বা উহার সম্বন্ধে শুনিবার সুযোগ হইয়াছে। কয়েকটি উদাহরণ দিতেছি—

(১) "গোপাল, মণ্টু ও শিশির তিন বন্ধু—সমবয়সী। গোপাল ও শিশিরের শারীরিক উচ্চতা ৫ ৮ এবং মণ্টু ৫ ৪। মণ্টু ফর্সা, গোলগাল চেহারার। মণ্টুর লিঙ্গের মাপ পৌনে ৬ ইঁচি, শিশিরের সোয়া ৫ ইঁচি এবং গোপালের ৪½ ইঁচি। উত্তেজিত অঙ্গের মাপ লইয়া দেখা হইয়াছে (এক্ষেত্রে অবস্থা উল্টো)।"

(২) "দুই ভ্রাতা। বড়জনের শরীরের দৈর্ঘ্য ৫'৯" এবং ছোট জনের ৬'২"। বড়ভাই (৩০) দুই বৎসর হইল বিবাহিত এবং ছোটভাই (২৭) সদ্যবিবাহিত। বড়বধূ (লেডি ডাক্তার)* ছোটবধূকে বলেন যে, ২ বছর বিবাহিত জীবনযাপনের পরও স্বামীসহবাসে তাহার মাঝে মাঝে কষ্ট হয়, কারণ, স্বামীর অঙ্গ প্রকাণ্ড বড় ; ছোটবধূর (মাত্র ১ মাস বিবাহিতা) কোন কষ্ট হয় কিনা, তাহার স্বামীর ত দৈত্যের মত চেহারা। ছোটবধূ বলেন যে, তাহার কোন কষ্ট হয় না। বড়বধূ আশ্চর্য হন এবং পরামর্শ করিয়া যে যাহার অঙ্গের মাপ লইবে স্থির করেন। সন্দেহ মিটাইবার জন্য কয়েকবার করিয়া যে যাহার স্বামীর দৃঢ়তাপ্রাপ্ত অঙ্গের মাপ লন। বড় ভাইয়ের অঙ্গ সত্যই বড়—৬½ ইঁচি লম্বা এবং সেই অনুপাতে স্থূল। ছোটভাইয়ের লিঙ্গ মাত্র ৫ ইঁচি লম্বা। উভয়েই অবাক হন।"

(৩) "দশটি রোগীর বিবরণী (লিখিয়া রাখা হইয়াছিল)—

শারীরিক উচ্চতা	দৃঢ়ীভূত অঙ্গের দৈর্ঘ্য	শারীরিক উচ্চতা	দৃঢ়ীভূত অঙ্গের দৈর্ঘ্য
১। ৫'৩"	৪½"	৬। ৫'৬½"	৬"
২। ৫'৩'	৫"	৭। ৫'৭'	৫"
৩। ৫'৪'	৫¾"	৮। ৫'৭"	৫½"
৪। ৫'৪½	৪¾'	৯। ৫'৯"	৫¾'
৫। ৫'৬½'	৫	১০। ৫'৮½"	৫½

* বড়বধূর (লেডী ডাক্তার) কাহিনী পরে আরও আছে। অনেক যৌন ইতিহাসও ইনি সংগ্রহ করিয়া দিয়াছেন।

মন্তব্য—আরও অন্যের মাপ লওয়া হইয়াছিল, কিন্তু লিখিয়া রাখা হয় নাই। তাহাতেও বিভিন্নতারই সমর্থন পাওয়া গিয়াছে।"

"মোট কথা, সম্পূর্ণ দৃঢ়তাপ্রাপ্ত লিঙ্গের দৈর্ঘ্য ৪ হইতে ৭ ইঞ্চির মধ্যে হইলে তাহাকে স্বাভাবিক বলিয়াই মনে করিতে হইবে। সাধারণত এই দৈর্ঘ্য ৪½" হইতে ৫ ইঞ্চির মধ্যে হয়। ইহা লইয়া অহেতুক উৎকণ্ঠা বোধ করা উচিত নহে।"

(৪) **বয়স্ক হইবার পর সাধারণত ঐ অঙ্গের আকার বাড়ানো যায় না।** মালিশ ও সেবনের ঔষধাবলী এবং যান্ত্রিক উপায়সমূহ, যথা, ভ্যাকুয়্যাম (vacum pump) এই সমস্তেরই মূল্য কম।*

(৫) **রমণ-পথের গভীরতা** গড়পড়তায় তিন ইঞ্চি মাত্র, উহার উপরদিকের অস্থি ও যে সমস্ত টিস্যুগুলি তাহাকে ঢাকিয়া আছে তাহাদের স্থূলত্ব প্রায় এক ইঞ্চি। সুতরাং যে লিঙ্গ পূর্ণ উত্থানের সময় প্রায় ৪ ইঞ্চি হয় তাহা সমস্ত পথের শেষ প্রান্ত পর্যন্ত পৌঁছাইতে পারে। যদি কাহারও পূর্ণ উত্থিত অঙ্গ বাস্তবিকই তাঁহার স্ত্রীর পথের অপেক্ষা সরু অথবা ক্ষুদ্র হয় তাহা হইলে উপযুক্ত আসনে যথোচিত সামঞ্জস্য সাধিত হইতে পারে। যথা, যদি নালীটি অতি প্রশস্ত হয় তবে প্রবেশের পর যদি নারী তাঁহার উরুদ্বয়কে একত্রিত করে, এবং আবশ্যক হইলে এক উরু অপরটির উপর চালাইয়া দেয় তাহা হইলে উহা সংকীর্ণ হইয়া যাইবে। যদি পুরুষাঙ্গের দৈর্ঘ্য বাস্তবিকই যোনির গভীরতা অপেক্ষা কম হয়, তবে স্ত্রীর কোমরের নীচে বালিশ বা কুশন রাখিলে নালী হ্রস্ব হইয়া যাইবে। পদদ্বয় লম্বা করিয়া দিলে, অথবা উরুদ্বয় যতদূর সম্ভব মুড়িয়া স্বীয় উদরের উপর আনিলেও উক্ত ফল লাভ হইবে। নিতম্বের নিচে বালিশ প্রভৃতি রাখিয়াও যদি ঐরূপ করা হয় তবে উহা আরও হ্রস্ব হইয়া যাইবে। উঁচু বিছানার পাশে স্ত্রীর বসিয়া ও পুরুষ দাঁড়াইয়া মিলিত হইলেও ঐরকম হইবে। বিভিন্ন আসনের বিস্তৃত বিবরণ একটু পূর্বেই দেওয়া হইয়াছে।

(১) অঙ্গ পূর্বাপেক্ষা ছোট হইয়া যাওয়া, (২) উত্থিত হইলে মুণ্ডের পশ্চাৎদিকে, (৩) অথবা অপর কোনও স্থানে বক্র হইয়া যাওয়া, (৪) এক পার্শ্বে হেলিয়া থাকা, (৫) তাহার শির (dorsal vein) স্পষ্ট দেখা যাওয়া অত্যধিক স্বমেহনের ফলে হইলেও পরিমিত স্বমেহনে হয় না।

(১) যথেষ্ট উত্তেজনা না পাওয়ার ফলে উত্থিত অবস্থায় উহা পূর্বাপেক্ষা ক্ষুদ্র দেখায়। (২) হ্রস্ব লাগাম (frenulum) অথবা ত্বকচ্ছেদ ভুলভাবে করার জন্য মস্তকের পিছন দিকে উহা বাঁকিয়া যায়। (৩) অপর কোন স্থানে বক্র হওয়ার কথা প্রায়ই

---

* বাল্য ও কৈশোরে, জন্মগত ক্ষুদ্র লিঙ্গের, সুযোগ্য ডাক্তার অণ্ডকোষের ও মস্তকের পিটুইট্যারি গ্রন্থির রস (hormone) দ্বারা চিকিৎসা করিলে উপকার হইয়া থাকে। যত কম বয়সে এই চিকিৎসা করা যায় তত বেশী সফল হইবার সম্ভাবনা থাকে। এইদিকে গুরুজনদের নজর রাখা উচিত। ছেলেরা সাধারণত লজ্জাবশত লুকাইয়া থাকে।

কাল্পনিক। (৪) একপার্শ্বে হেলিয়া যাওয়ার অভিযোগও তাহাই। (৫) ইহার যথার্থ কারণ ঠিক জানা নাই।

এইসব অবস্থায়ও উপযুক্ত কৌশল জানা থাকিলে দাম্পত্য বিহার চলিতে পারে।

জননেন্দ্রিয়ে নারীর কামাঞ্চলগুলির আপেক্ষিক গুরুত্ব

লিঙ্গ হ্রস্ব হইলেও পুরুষের ততটা অনুশোচনার কারণ নাই, কারণ, প্রায় সমস্ত (শতকরা ৮৬ জন, অর্থাৎ প্রায় ১৪ আনা) নারীর রমণপথে অনুভূতিবাহক স্নায়ু নাই বলিলেই হয়, এবং জরায়ুগ্রীবায় (তথা মুখে) প্রায় কাহারও (শতকরা ৯৪ জনেরই) নাই।

কিনজে প্রমুখের গবেষণা—ভগের বিভিন্ন অংশে সাড়ার মাত্রা নির্ণয়ে তাঁহাদের সাহায্য করিবার জন্য তিনজন পুরুষ ও দুইজন মহিলা বিশেষ অভিজ্ঞতাসম্পন্ন স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞ ডাক্তার ৮৭৯ জন নারীকে পরীক্ষা করেন।

উপরোক্ত পরীক্ষায় শতকরা যত জন নারীর যে যে স্থান স্পর্শ করিলে বা যেখানে চাপ দিলে তাঁহারা সাড়া অনুভব করিয়াছিলেন তাহা লিপিবদ্ধ করেন।

সংক্ষিপ্তভাবে, গুরুত্বের ক্রমানুসারে, স্পর্শে সাড়া জাগে		শতকরা কতজনের
(১) ভগাঙ্কুর, দক্ষিণ ক্ষুদ্রোষ্ঠের ভিতরের দিক ও ভেস্টিবিউলের দক্ষিণ ও বাম দিকে	...	৯৮
(২) দক্ষিণ ক্ষুদ্রোষ্ঠের ভিতরের দিকে	...	৯৭
(৩) দক্ষিণ ক্ষুদ্রোষ্ঠের ভিতরের দিকে ও ভেস্টিবিউলের পিছনের দিকে	...	৯৬
(৪) বাম ক্ষুদ্রোষ্ঠের বাহিরের দিকে	...	৯৫
(৫) দক্ষিণ বৃহদোষ্ঠ ও ভেস্টিবিউলের সামনের দিকে	...	৯২
(৬) বাম বৃহদোষ্ঠে	...	৮৭
(৭) যোনিনালীর দক্ষিণ ও বাম প্রাচীর	...	১৪
(৮) ,, পিছনের ,,	...	১৩
(৯) ,, সামনের ,,	...	১১
(১০) জরায়ুগ্রীবায়	...	৫

তুলনায় কামাঞ্চল হিসাবে যে রমণ পথ অকিঞ্চিৎকর তাহা ইহা হইতেই প্রমাণিত হয় যে, খুব কম মেয়েরাই সেখানের গভীর প্রদেশে কিছু প্রবেশ করাইয়া আত্মরতি করে।

উক্ত গবেষকবৃন্দ নারীর আত্মরতির উপায়সমূহের যে হিসাব দিয়াছেন তাহাতে দেখা যায় শতকরা ৪৮ জন ভগাঙ্কুর এবং বৃহৎ ও ক্ষুদ্র ওষ্ঠদ্বয় ঘর্ষণ দ্বারা করেন,

পক্ষান্তরে, যোনীতে কিছু প্রবেশ করাইয়া শতকরা ২০ জন মাত্র। এই ২০ জনের মধ্যে আবার অল্পাংশই নিয়মিতভাবে ঐরূপ করিয়াছেন। আবার যাঁহারা ঐরূপ করিয়াছেন তাঁহারা যোনিমুখের উত্তেজনাশীল পেশীগুলির উপর অধিকতর চাপ দেওয়ার জন্য, অথবা ভগাংকুরের মূলের নিকট যোনির সম্মুখের (উপর দিকের anterior) প্রাচীর উত্তেজিত করিবার জন্যই করিয়াছেন। তাঁহারা গভীরভাবে কিছু প্রবেশ করান নাই।

যোনিমুখের মত গুহ্যদ্বারেও অনেক স্নায়ু আছে, কিন্তু যোনিনালীর মত কোষ্ঠও (rectum) একটি নল, এবং এই উভয়েরই মধ্যে অনুভূতিবাহক স্নায়ু নিতান্ত অল্পই আছে।

যোনিনালীর গভীর প্রদেশ রমিত হইলে যে কোনও নারীর তৃপ্তি হয় তাহার নিম্নলিখিত ছয়টি অংশ আরও অধিক কারণাবলী আছে। কোনও বিশেষ ক্ষেত্রে ইহাদের মধ্যে কয়েকটি অথবা সবগুলিই থাকে।

(১) যৌন মিলন ও গভীরে প্রবেশ হইতেছে এই বোধের জন্য তৃপ্তি। সাথী যে তৃপ্ত হইতেছে এই জ্ঞান (নারীকে আনন্দ দেওয়ার জন্য) বিশেষ গুরুত্বপূর্ণ।

(২) সাথীর সমস্ত শরীরের এবং তাহার ওজনের অনুভূতির স্পর্শসুখ। বিভিন্ন আভ্যন্তরীণ যন্ত্রের উপর চাপের জন্য এই উত্তেজনা হয় কিন্তু ভুল করিয়া মনে হইতে পারে যে, শরীরের উপরের অংশ হইতেই সুখানুভূতি হইতেছে।

(৩) পুরুষের জননেন্দ্রিয় অথবা শরীর ক্ষুদ্রোষ্ঠে, ভগাঙ্কুর অথবা ভেস্টিবিউলে চাপ দেওয়ার জন্য। একমাত্র ইহাই অধিকাংশ নারীর চরমতৃপ্তি ঘটাইবার জন্য যথেষ্ট হয়। যে স্থানে চাপ অথবা ঘর্ষণের সুখানুভূতি হইতেছে তাহা ঠিকভাবে বুঝিতে পারা যায়, নতুবা ভুল করিয়া মনে হয় যে, যোনির অভ্যন্তর ভাগেই ঐ অনুভূতি হইতেছে।

(৪) রমণের সময় লিভেটার (Levator) পেশীগুলির চক্রের উত্তেজনা। এইরূপ উত্তেজনার প্রতিফলনে কামোত্তেজনাপূর্ণ আক্ষেপ হইতে পারে।

(৫) মলদ্বার ও যোনিমুখের মধ্যে অবস্থিত মূলাধারের (পেরিনিয়ামের—perinium-এর) পেশীগুলির স্নায়ুসমূহের উত্তেজনা।

(৬) কতক (শতকরা ১৪ জন মাত্র) নারীর মধ্যে যোনি প্রাচীরের সাক্ষাৎ উত্তেজনা। কিন্তু কোনও নারীর যে যোনির অভ্যন্তর ভাগই কামোত্তেজনার একমাত্র, এমনকি প্রধান স্থান এমন কোনও সাক্ষ্য নাই।

নারীকে চরমপুলক দেওয়ার উপায়— সুতরাং যখন রমণ-পথের মধ্যে শতকরা প্রায় ৮৮ ভাগ এবং জরায়ুগ্রীবা (cervix) তথা জরায়ুমুখে (os-এ) শতকরা প্রায় ৯৫ ভাগ নারীর কোনও অনুভূতি নাই, তখন পুরুষাঙ্গ ক্ষুদ্র হইলেও নারীকে যথেষ্ট তৃপ্তি দেওয়া যায়, যদি সুরতসময়ে শিশ্নের অগ্রভাগ, তাহার মলদেশ, তাহার উপরের অংশ (অর্থাৎ, বস্তিপ্রদেশ), অথবা হস্ত দ্বারা তাহার ভগাংকুর, উহার ঠিক নিচের অংশ (ভেস্টিবিউল) এবং বাহিরের ও ভিতরের ওষ্ঠদ্বয় ঘর্ষিত হয়।

একটি বাস্তব ঘটনা—পূর্বপৃষ্ঠার সিদ্ধান্তের সত্যতা বহু বর্ষ পূর্বে শ্রুত একটি ঘটনা দ্বারা সমর্থিত হইতেছে। জনৈক ঘনিষ্ঠ বন্ধু বলেন যে, পূর্বরাত্রে একবার বাহির করার (বা হওয়ার) পর পুনরায় প্রবেশের সময়ে ভ্রমক্রমে অঙ্গ দৈবাৎ যথাস্থানের উপর দিকে যাওয়াতে তাঁহার স্ত্রী বলেন যে, উহার ফলে তাঁহার পূর্ব-পূর্বকার অপেক্ষা তীব্র সুখানুভূতি হয়। তাঁহার স্ত্রীর সহিতও আমার এই সমস্ত বিষয়ে খোলাখুলি কথা বলার মত সুযোগ হইয়া ছিল। পরদিন তাঁহাকে সেই বিষয়ে প্রশ্ন করায় তিনিও পূর্ণ সমর্থন করেন। তখন কেবলমাত্র ভগাঙ্কুরেরই তীব্র অনুভূতিশীলতার কথা জানা ছিল, তাই আমি ও আমার বন্ধু ভাবিয়াছিলাম যে, উহাই শিশ্নাগ্র দ্বারা ঘর্ষিত হওয়াতেই ঐরূপ সুফল লাভ হইয়াছিল। পূর্বোক্ত আলোচনা হইতে বুঝা যাইতেছে যে, ভগাঙ্কুর ব্যতীত ক্ষুদ্রোষ্ঠের দিক এবং ভেস্টিবিউল ঘর্ষিত হওয়াতেই ঐরূপ অপূর্ব আনন্দলাভ হইয়াছিল।

বিবৃতিদানকারী একজন ডাক্তার লিখেন—"প্রথম প্রথম বেশীক্ষণ শৃঙ্গারে ব্যয় করার মত ধৈর্য থাকত না। স্বাস্থ্যবতী সুগঠিত দেহ স্ত্রী—তাকে আলিঙ্গনের মধ্যে পেলেই ভীষণ উত্তেজনা হত, মিলনে একটুও দেরী করতে ইচ্ছে হত না। অল্পক্ষণ শৃঙ্গার করেই তার অঙ্গ সিক্ত হয়েছে বা সিক্ত হবার উপক্রম হয়েছে বুঝতে পারলেই কয়েক সেকেণ্ড **আঙ্গুল দিয়ে ভগাঙ্কুর মর্দন** করেই অঙ্গ সংযোগ করতাম। মিলনে স্ত্রী মোটামুটি আনন্দ পেত এবং মাঝে মাঝে বাদ গেলেও প্রায়ই তার চরমপুলকও হত। আমার মনোগত অভিপ্রায় ছিল যেন সে প্রত্যেক সংসর্গেই চরমপুলক লাভ করে সেইজন্য চেষ্টা করে দীর্ঘস্থায়ী করতেও সমর্থ হই। কিন্তু তা সত্ত্বেও আশানুরূপ ফল হল না, আগের মতই মাঝে মাঝে সে চরমতৃপ্তিলাভে বঞ্চিতা থাকতে লাগল। এইজন্য সে যদিও কখনও কোন অনুযোগ করেনি, তবুও আমার নিজেরই ওটা খারাপ লাগত। যেদিন তার চরমপুলক হত না, সেদিন সঙ্গমশেষে আঙ্গুল দিয়ে ভগাঙ্কুর ঘর্ষণ করে চরমতৃপ্তি দেবার চেষ্টা করতাম, কিন্তু সে তাতে বাধা দিত—বলত যে তার যথেষ্ট ভাল লেগেছে, ও সবের আর দরকার নেই; আমার মনে হত সে সত্য কথা বলছে না। মাস দুই এভাবেই কাটে। আমার এবার মনে হতে লাগল যে, আমি স্বার্থপরের মত কাজ করছি; আরও কিছুক্ষণ শৃঙ্গারে ব্যয় করা উচিত। তখন থেকে আঙ্গিক মিলন করবার পূর্বে বেশ কিছু সময় ধরে আঙ্গুল দিয়ে ভগাঙ্কুর ঘর্ষণ করতে শুরু করলাম। কিন্তু অবস্থা পূর্বের মতই রয়ে গেল অর্থাৎ মাঝে মাঝে ওর চরমপুলক বাদ যেতেই লাগল।"

"আর একটি আকস্মিক ঘটনায় সুফল লাভ হয়ে গেল। একরাত্রে আঙ্গুল দিয়ে ভগাঙ্কুর ঘর্ষণ করতে করতে কিছু না ভেবেই ভেস্টিবিউলের দিকে আঙ্গুল চালিয়ে দিতেই স্ত্রী বলল খুব ভাল লাগছে। তখন আরও কিছুক্ষণ ভেস্টিবিউলে আঙ্গুল ঘর্ষণ করে মিলিত হলাম এবং তার ঐভাবেই অল্প সময়ে চরমতৃপ্তি হল। এবার বুঝলাম তার সুখানুভূতির মূল কারণ ভেস্টিবিউল ঘর্ষণ। আঙ্গুল দিয়ে ভগাঙ্গুর ঘর্ষণ করবার সময়

আমি পাশাপাশি ঘষতাম কাজেই ভেস্টিবিউল অস্পর্শিত থেকে যেত। কিন্তু সামনে পেছনে ঘষাতে ভেস্টিবিউল এবং ক্ষুদ্রোষ্ঠ স্পর্শিত হয়েছে এবং স্ত্রীর তীব্র সুখানুভূতি হয়েছে। প্রতি মিলনে স্ত্রীকে সম্পূর্ণ তৃপ্ত করতে পারি বলে আমি গর্বিত। আমার অনেক বন্ধু-বান্ধবেরই স্ত্রীরা এতটা সৌভাগ্যবতী নয়। যতটা জানি অধিকাংশেরই রতি সংসর্গে চরমতৃপ্তি লাভের সৌভাগ্য হয় না (কেউ কেউ ত আবার স্ত্রীর চরমপুলক হয় কিনা, সে খবরও রাখে না)। একবার মাত্র দীর্ঘবিরতির পর প্রথম মিলনে স্ত্রীর আগেই আমার চরমতৃপ্তি হয়ে গেছে। কিন্তু সে সময়ে অঙ্গুল দিয়েই ভগাঙ্কুর সহ ভেস্টিবিউল ঘর্ষণ করে তাকে তৃপ্ত করেছি এবং সে আনন্দের সঙ্গেই সেটা উপভোগ করেছে। অথচ আগে ঐ অবস্থায় শুধু ভগাঙ্কুর ঘর্ষণ করতে গেলে সে বাধা দিত। আমার এই কথা ভেবে আশ্চর্য মনে হয় যে যতগুলি ইংরেজি বা বাংলা যৌনবিজ্ঞান সংক্রান্ত বই খানি পড়েছি, সবগুলিতেই স্তনের, ভগাঙ্কুরের উপর জোর দেওয়া হয়েছে, কিন্তু ভেস্টিবিউলের কথা কোথাও উল্লিখিত হয়নি। সেইসব বইয়ের* উপদেশ মত স্তনচুম্বন ও চোষণ, ভগাঙ্কুর ঘর্ষণ, সঙ্গমের স্থায়িত্ব বৃদ্ধি সবই করেছি, কিন্তু ভেস্টিবিউল ঘর্ষণ আরম্ভ করবার আগে কোনও কিছুই স্ত্রীকে এতটা তৃপ্তি দিতে পারেনি।"

॥ পনের ॥

রতিশক্তি সাধনায় শারীরিক ও মানসিক কৌশল

ঔষধ প্রয়োগে সাময়িক শক্তিবৃদ্ধি বা উন্মাদনা সম্পাদন ছাড়াও শারীরিক ও মানসিক যে সাধনায় প্রত্যক্ষ ও স্থায়ী ফল পাওয়া যায় আমরা এখন তাহারই আলোচনা করিব।

ঔষধ ব্যবহারের বিপদ

বাস্তবিক পক্ষে ঔষধ দিয়া সাময়িক উপকার পাওয়া গেলেও উহার একটি বিপদ এই যে, উহা 'অভ্যাসে' পরিণত হইবার উপক্রম হয়। কোষ্ঠকাঠিন্যে ঔষধ ব্যবহার করিতে থাকিলে যেমন উহা ছাড়া অন্ত্রসমূহ কাজ করিতে চায় না, মর্ফিয়া দিয়া ঘুম পাড়াইতে থাকিলে যেমন রোগীর উহা ছাড়া ঘুম আসিতে চায় না, উত্তেজক ঔষধ ক্রমাগত ব্যবহার করিতে থাকিলেও শারীরিক সামর্থ্য হ্রাসপ্রাপ্ত এবং মানসিক শক্তি ব্যাহত হইয়া আসা স্বাভাবিক।

* এই ভদ্রলোক আপনার বই পড়েন নাই। এই বইয়ের কথা তাহাকে বলা হইয়াছে।

অন্য একটি বিপদ এই যে, যেমন প্রত্যেক ক্রিয়ারই প্রতিক্রিয়া আছে তেমনই উত্তেজক ঔষধ মাত্রেই প্রতিক্রিয়া পরিশেষে অবসাদজনক।

তবুও সাময়িক ব্যবহারের জন্য একরূপ সহায়ক বিধিব্যবস্থায় আপত্তি নাই। দম্পতির মনে রাখিতে হইবে যে, উহা মিলনের জন্য শারীরিক এবং মানসিক প্রস্তুতির উপায়গুলির সহায়ক হইতে পারে। জড়তা, অনভিজ্ঞতা বা বিশৃঙ্খলার অনেকটা কলা-কৌশল এবং বিচারবুদ্ধির দ্বারা জয় করা যায়।

কলাকৌশল ও অভ্যাসে রতিতৃপ্তি

অন্যান্য অঙ্গ যেমন আমরা ব্যায়াম ও ঔষধ প্রয়োগ উভয় প্রকারে শক্তিশালী করিতে পারি, আমাদের যৌন-অঙ্গ সম্বন্ধেও তাহাই সত্য। আমরা কয়েক প্রকারের অভ্যাসের দ্বারাও আমাদের বীর্যধারণশক্তি বৃদ্ধি করিতে পারি। এই সমস্ত অভ্যাসকে যৌগিক ক্রিয়া বলে। ভারতীয় যৌন শাস্ত্রকারগণ বহু সাধনার দ্বারা এই সমস্ত প্রক্রিয়া আবিষ্কার করিয়াছেন। মানুষের ধারণা-শক্তির উপর তাহার জীবনের সুখের অনেকখানি নির্ভর করিতেছে। সুতরাং কৌশল ও অভ্যাসে উহার কর্ষণ করা দৈহিক, মানসিক ও দাম্পত্য কল্যাণের জন্য অবশ্য প্রয়োজন। সেইজন্য আমরা এখানে তাহার বিশেষ আলোচনা করিব।

যৌগিক ক্রিয়া

বু আলী সিনা, মোহাম্মদ বাকেরজী, শেখ ইনায়েৎ উল্লাহ্ প্রমুখ যৌনবিজ্ঞানিগণ আরবী ও ফারসী ভাষায় এবং দত্তাত্রেয় মুনি, সদাশিবাচার্য প্রমুখ যৌনবিদগণ সংস্কৃত ভাষায় যৌগিক সাধনা সম্বন্ধে বহু প্রক্রিয়ার উল্লেখ করিয়াছেন। তন্মধ্যে মোহাম্মদ বাকের তদীয় 'কিমিয়ায়ে ইশরাৎ' গ্রন্থে, সদাশিবাচার্য তাঁহার 'শিব-সংহিতা' গ্রন্থে, দত্তাত্রেয় মুনি তাঁহার 'অবধূত গীতা'য় বীর্যস্তম্ভনের কতকগুলি প্রক্রিয়ার উল্লেখ করিয়াছেন। ইহা বিশেষভাবে উল্লেখযোগ্য যে, ফারসী ও সংস্কৃত গ্রন্থে বর্ণিত প্রক্রিয়াসমূহের মধ্যে আশ্চর্য রকম সামঞ্জস্য দৃষ্টিগোচর হয়। কোনও কোনও ক্ষেত্রে একজনের অপরের নকল করাও সম্ভব।

আমরা সর্বপ্রথম প্রচলিত প্রক্রিয়াসমূহের বর্ণনা করিব। পরে এই সকল প্রক্রিয়া সম্বন্ধে মতামত প্রকাশ করিব।

এই সমস্ত প্রক্রিয়া অনুসারে দাঁড়াইয়া অথবা আসনে বসিয়া গুহ্যদ্বার ঘন ঘন প্রসারিত ও সঙ্কুচিত করা হইত। যাহাতে বায়ু নিঃসরণ না হয় সেদিকে বিশেষ দৃষ্টি রাখা হইত। গুহ্যদ্বারের সঙ্কোচন-প্রসারণ কার্য প্রত্যহ যতবার ইচ্ছা ততবার যথাসম্ভব অভ্যাস করা হইত। যৌগিক প্রণালীতে এই প্রক্রিয়াসমূহকে 'মুদ্রা' সাধন বলে।

জানি, প্রাচীনকালে লোকেরা সাধারণত বুজরুকিহীন কোন ব্যবস্থার কার্যকারিতা সহজে বিশ্বাস করিত না। সেইজন্য প্রায় সমস্ত কার্যেই মন্ত্র আবৃত্তি একটি সাধারণ ব্যবস্থায় পরিণত হইয়াছিল। দুর্বোধ্য মন্ত্র বা অর্থপূর্ণ দোয়া আবৃত্তি করিয়া নিতান্ত সাধারণ কার্যকেও একটি রহস্যময় রূপ দেওয়া হইত এবং তাহাতে বিশ্বাসপ্রবণ জনসাধারণ সেই কার্যবিশেষের আধ্যাত্মিকতায় বিশ্বাসী হইয়া তদ্দ্বারা খানিকটা উপকৃত হইত।

গুল্মবিশেষের শিকড়ের রস পান করিলেই রোগবিশেষের উপশম হইবে ইহা বলিলে প্রাচীন কালের লোকের বিশ্বাস হইত না। তাই তদানীন্তন চিকিৎসকেরা বলিতেন, শনি-মঙ্গলবারের অমাবস্যার দুপুর রাতে সম্পূর্ণ বিবস্ত্র হইয়া রুদ্ধনিশ্বাসে একটানে উক্ত গুল্মটি উপড়াইয়া এককোপে উহার শিকড় কাটিয়া সাত ঘাটের জলদ্বারা ধৌত করিয়া সহস্রবার কৃষ্ণনাম জপে করতঃ উহার রস নিষ্কাশন করিয়া সাত কাঠের আগুনে উহাকে উত্তপ্ত করিয়া উহা পান করিতে হইবে ইত্যাদি। বুজরুকির বাহ্যাড়ম্বর বাদ দিয়া ঐ সমস্ত প্রক্রিয়ার অন্তর্নিহিত বৈজ্ঞানিক সত্যকু গ্রহণ করিবার চেষ্টা করা আমাদের উচিত।

যাহারা শরীরতত্ত্বের দিক হইতে ঐ সমস্ত প্রক্রিয়ার নিন্দা করিয়া থাকেন, তাহাদের নিকট আমাদের নিবেদন এই যে, সাবধান ও সংযত অভ্যাসে অনিষ্টের আশঙ্কা করিবার কোন সঙ্গত কারণ নাই। সম্প্রদায় বিশেষের লোক অনুরূপ কোনও কোনও প্রক্রিয়া অবলম্বনে উপকৃত হইয়াছে। এই বিষয়ে আমরা ডঃ মেরী স্টোপ্‌সের মত উদ্ধৃত করিতেছি।

"শুক্রস্খলনের উপর মানুষের কোন হাত নাই ইহা মনে করিবার কোনও কারণ নাই, বস্তুত ইচ্ছাশক্তি দ্বারা মানুষ শুক্রস্খলনকে সম্পূর্ণরূপে নিয়ন্ত্রিত করিতে পারে। ইংরেজ পুরুষগণের দুই চারিজন মাত্র এই অভ্যাস করিলেও এমন অনেক সম্প্রদায় ও পুরুষ আছে, যাহাদের অনেকেই এই বিষয়ে অভ্যস্ত। তাহাদের শরীরের কোনই অনিষ্ট হয় নাই। এতদ্ব্যতীত অনেক ধার্মিক ব্যক্তি বীর্যস্তম্ভনকে ব্রহ্মচর্যের অঙ্গ মনে করিয়া থাকেন।" (যথা—হিন্দুদের মধ্যে ব্রহ্মচারী, যোগী, বিন্দুসাধনকারী, তান্ত্রিক প্রমুখ এবং আমেরিকার ওনিডা সম্প্রদায়।)

ইচ্ছাশক্তির দ্বারা আমরা অনেক দৈহিক ক্রিয়াকেই যখন নিয়ন্ত্রিত করিতে পারি, তখন শুক্রস্খলনকেই বা পারিব না কেন, তাহারও কোনও যুক্তিসঙ্গত কারণ নাই। ডঃ স্টোপ্‌স বলিয়াছেন, "প্রবল ইচ্ছাশক্তির দ্বারা রক্ত নিয়ামক স্নায়ুসমূহকে শান্ত করতঃ শুক্রক্ষয় ব্যতিরেকে উত্তেজিত লিঙ্গকে পুনরায় নিস্তেজ করা যাইতে পারে।"

কিন্তু পারা যায় এক কথা; করিতে হইবে অন্য কথা।

মিলনের সময়কে দীর্ঘ করার অভ্যাসকে ডাঃ ভেল্ডিও অন্য কথায় সমর্থন করিয়াছেন। তিনি বলেন, "প্রাচীন জাতিসমূহ এবং বিশেষ করিয়া প্রাচ্য সভ্যজাতিগণ ত্বকচ্ছেদ (circumcision) প্রথাকে সম্ভোগের সহায়ক মনে করিয়া থাকে। তাহারা যৌনমিলনকে যথাসম্ভব দীর্ঘ করিতে পারাকে ভাল মনে করে। ইহা অবশ্যই এইজন্য যে, প্রত্যেক আনন্দক্রীড়াকে সম্যক্ উপভোগ করিবার এবং বিশেষ করিয়া রতিক্রিয়ার তীব্র

আনন্দানুভূতি বাড়াইবার স্পৃহা সার্বজনীন। উহা যে অতি ক্ষণিকের জন্য লব্ধ হইয়াছিল তাহারই স্মৃতি সর্বদা থাকিয়া যায়। উহা আমার মতে সম্পূর্ণ স্বাভাবিক সাধ; ইহার দ্বারা সকল রতিস্বাস্থ্যসম্পন্ন তেজস্বী ব্যক্তিই জ্ঞাত বা অজ্ঞাতসারে প্রভাবান্বিত হইয়া থাকে, প্রত্যেক পুরুষ ত বটেই।" অথচ, পাশ্চাত্যদেশে রতিকালের স্থায়িত্ব সম্বন্ধে যে আলোচনা আমরা করিয়াছি উহা হইতে প্রতীয়মান হইবে যে, ২/৩ মিনিটই অধিকাংশের সীমা। এই অবস্থার উন্নতি সাধন করা যদি দোষের হয় তাহা হইলে আর বলিবার কিছুই থাকে না।

ডাঃ ভেল্ডি ও ডঃ কিন্‌জে যদি জানিতেন যে, অনেক মুসলমান পুরুষ ৫ হইতে ১০ মিনিটকাল ধৈর্য ধরাকে সাধারণ ব্যাপার মনে করেন, তাহা হইলে বোধ হয় তাঁহাদের এই বিষয়ে অনুসন্ধিৎসা আরও তীব্র হইত।

মোট কথা, প্রায় পাশ্চাত্য যৌনগ্রন্থেই এই উপদেশ বারবার দেওয়া হয় যে, স্ত্রীকে শৃঙ্গার ও কামক্রীড়া দিয়া উত্তেজিত করিতে করিতে চরমপুলকলাভের কাছাকাছি লইয়া পরে স্বামী আঙ্গিক মিলনে ব্রতী হইবে। স্টোন দম্পতি 'A Marriage Mannual' পুস্তকে বলেন—'সাধারণত পুরুষের অনেক মিনিট পর্যন্ত লিঙ্গকে উত্তেজিত রাখিতে হইবে এবং শুক্রস্খলন আঙ্গিক মিলনের পরে এক বা দুই মিনিট পর্যন্ত ঠেকাইয়া রাখিতে হইবে, অন্তত মনে করুন, দশ-বিশ বা ততোধিকবার অঙ্গসঞ্চালনের পর পর্যন্ত।"

ইহা যদি যৌন মিলনের স্বরূপ হয় তাহা হইলে বলিব, কামক্রীড়ারই প্রাধান্য হইল, আঙ্গিক মিলন হইল শুধু পূর্ব প্রক্রিয়ার দ্রুত পরিসমাপ্তি মাত্র। সুতরাং উহাতে প্রধানত পারস্পরিক যৌন ধস্তাধস্তি সাধিত হইল না কি?

তাঁহাদের শারীরিক অসামর্থ্যের জন্য সহানুভূতি হয় কিন্তু ইহার যে প্রতিকার সম্ভবপর এই সম্বন্ধে তাঁহাদের ঔদাসীন্য দেখিয়া বাস্তবিকই দুঃখ হয়।

যাহা হউক, পাঠক-পাঠিকাকে এই বিষয়ে আমরা নিশ্চিন্ত সাহস দিতে পারি।

* * * *

আমরা পূর্বেও বলিয়াছি, এখনও বলিতেছি যে, কোনও ব্যাপারেরই আতিশয্য ভাল নহে; এই কথা আমাদের স্মরণ রাখা উচিত।

আমরা বাড়াবাড়ি বলিব ঃ

(১) শুক্রবেগকে একেবারে রোধ করাকে;

(২) উহাকে অযথা কষ্টসহকারে ঠেকাইয়া রাখাকে; এবং

(৩) স্ত্রীর চরমপুলকলাভের পরেও রতিক্রিয়া চালাইয়া যাওয়াকে।

ধারক সঙ্গম (Karezza)

(১) বাড়াবাড়ির প্রথম পর্যায়ে পড়ে ধারক সঙ্গম বা বিন্দুসাধন (Coitus Reservatus বা Karezza)।

ধারক সঙ্গম John Humphrey Noyes দ্বারা প্রতিষ্ঠিত আমেরিকার ওনিডা সম্প্রদায়ের মধ্যে ইহা খুব প্রসার লাভ করিয়াছিল। তিনি ইহাকে পুরুষের বীর্যরক্ষার উপায় হিসাবে ঐ সম্প্রদায়ের লোকদিগকে অবলম্বন করিতে উপদেশ দেন। পুরুষ ইহা করিয়া একাধারে শারীরিক, আত্মিক, নৈতিক ও ধর্মীয় উৎকর্ষ লাভ এবং গর্ভনিবারণ করিতে পারে বলিয়া তাঁহার স্পষ্ট অভিমত থাকায় ঐ সম্প্রদায়ে এই পদ্ধতিতে মিলন প্রচলিত হইয়া গিয়াছিল।

অ্যালিস স্টকহাম নাম্নী মহিলা এই প্রক্রিয়ার উল্লেখ ও প্রচার করেন। তিনি ইহাকে **কারেৎসা** নামে অভিমত করেন। অল্প সময়ের মধ্যেই এই প্রক্রিয়া খ্যাত হইয়া পড়ে। এই প্রক্রিয়ার প্রবক্তারা সাধারণত মনে করিয়া থাকেন যে, পুরুষের শুক্র রক্ষিত হইলে উহা শরীর ও মনের পরিপুষ্টি সাধন করে এবং পুরুষের দীর্ঘজীবন লাভ করাও সম্ভবপর হয়। শুক্র স্খলিত না হওয়ায় গর্ভাধানের সম্ভাবনাও থাকে না। তাই গর্ভনিবারণের সবচেয়ে সহজ ও নির্ঝঞ্ঝাট প্রক্রিয়াও নাকি ইহাই।

সঙ্গমকালের স্বাভাবিকভাবে সংযোগ করিয়া উভয়ে কিছুক্ষণ পর্যন্ত নিশ্চেষ্ট থাকিয়া, অঙ্গ স্বাভাবিক অবস্থায় আসিলে বিযুক্ত হইয়া পড়াকে "**ধারক সঙ্গম**", "**বিন্দু সাধক**" বলে ; ইহাতে বীর্যপাত হইতে দেওয়া হয় না। বীর্যপাতের সম্ভাবনা বোধ হইলেই পুরুষ বিযুক্ত হইয়া পড়ে অথবা একেবারে নিশ্চেষ্ট বা নির্জীব হইয়া মিলিয়া থাকে। সংযোগের পর নরনারী অঙ্গসঞ্চালন হইতে বিরত থাকিবে এবং সম্পূর্ণ ক্ষমতা আয়ত্ত হইলে মৃদু সঞ্চালন করিতেও পারে। ইহাতে স্বাভাবিক সকর্মক সঙ্গম অপেক্ষা বেশীক্ষণ সংযুক্ত থাকা যায়। এক ঘণ্টা বা তাহার উপরও এইরূপ অবস্থান বিচিত্র নহে।

প্রক্রিয়াটি কষ্টসাধ্য। উত্তেজনা সাধারণত উভয়কেই সকর্মক করিয়া তোলে এবং অঙ্গসঞ্চালন আপনা হইতেই আসিয়া পড়ে। তবে বহুদিন অভ্যাস করিলে মানসিক ও শারীরিক স্থৈর্য্য আয়ত্ত হওয়া বিচিত্র নহে।

বলা বাহুল্য, ভারতবর্ষে বীর্যরক্ষার (বিন্দু সাধন) উপকার সম্বন্ধে অনেকেই দৃঢ় অভিমত পোষণ করেন। তবে আধুনিক বিজ্ঞানীদের অভিমত এই যে, এই ধারণা ভ্রমাত্মক ; বীর্য যে অনুপাতে খরচ হয়, প্রায় ঐ অনুপাতে তৈয়ারীও হইতে থাকে। বীর্যরক্ষা করিবার প্রয়াসে যে অনাবশ্যক শারীরিক ও মানসিক অস্বাচ্ছন্দ্য ও উৎকণ্ঠা ভোগ করা হইয়া থাকে, উহাই বরং ক্ষতিজনক।

গর্ভনিবারণের প্রক্রিয়া হিসাবে এইরূপ সঙ্গমের মূল্য অতি কম। কারণ, পুরুষের চেষ্টায় সম্যক রেতঃস্খলন বন্ধ থাকিলেও বা রুদ্ধ হইলেও সামান্য রসক্ষরণ হইতে থাকাই স্বাভাবিক। এই রসে শুক্রকীটের বহির্গমন মোটেই বিচিত্র নয়। গর্ভাধানের জন্য একটি শুক্রকীটই যথেষ্ট। অল্প শুক্রকীটে গর্ভাধানের সম্ভাবনা কম হয় মাত্র।

এখানে শুধু ইহা বলিলেই যথেষ্ট হইবে যে, ধারক সঙ্গম অভ্যাসে পরিণত না করাই কর্তব্য। কারণ উত্তেজনা সৃষ্টি করিয়া উহার সম্পূর্ণ নিবৃত্তি না করা অতৃপ্তিদায়ক,

অশান্তিকর ও অনিষ্টকর। প্রস্টেট ইত্যাদি গ্রন্থিগুলি বিশেষভাবে উত্তেজিত হইয়া রসক্ষরণ করিবার জন্য উন্মুক্ত হইয়া থাকে। স্বাভাবিক কার্যক্রমে বাধাপ্রাপ্ত হওয়ায় ঐ সকল গ্রন্থির বৈকল্য হওয়া মোটেই বিচিত্র নহে। কামোত্তেজনায় স্ত্রীলোক সাধারণত ধীরগামী। তাহাদের চরমপুলকলাভের জন্য পুরুষের যে পরিমাণ সকর্মকতার দরকার এই প্রক্রিয়ায় তাহার অভাব হওয়ায় তাহাদের চরমপুলকলাভ না হইবারই কথা। এবং চরমপুলকলাভ না হওয়া স্ত্রীলোকের পক্ষে বিশেষ অশান্তিকর ও ক্ষতিজনক।

তবে পঞ্চাশ-ষাট বছরের উপর যখন স্বামীর শুক্রস্খলনের তাগিদ বা বেগ কমিয়া নারীরও কামের উপশমের চাইতে সঙ্গ-আনন্দই বেশী উপভোগ হয় তখন এইরূপ অঙ্গ সংযোগ, মৃদু সঞ্চালন, মমতাময় কথোপকথন ও গল্প-গুজব করিয়া, মৃদু আনন্দ লাভ করিয়া যথেষ্ট সময় কাটাইয়া বিযুক্ত হওয়া সমর্থনযোগ্য। পূর্ণ সহবাসের চাইতে বেশী ঘন ঘন এই আনন্দ ক্রীড়া করা যাইতে পারে।

নিরুদ্ধ সঙ্গম (Coitus Interruptus)

১) নিরুদ্ধ সঙ্গম বা প্রত্যাহার (Withdrawal বা Coitus Interruptus)।

ইহার কৌশল এই যে, যখন শুক্র পতনোদ্যত হয় তখনই দম্পতি বিচ্ছিন্ন হইয়া যায়। এইভাবে বিচ্ছিন্ন হইবার পর পুরুষ ইচ্ছা করিলে অন্যস্থানে (যেমন দুই রানের মধ্যে) শুক্র-স্খলন করিয়া ফেলিতে পারে, কিংবা একেবারে নাও করিতে পারে।

এই প্রক্রিয়াটি জন্মনিয়ন্ত্রণের জন্যই সর্বাপেক্ষা প্রাচীন ও অধিক প্রচলিত।* ঐ সম্বন্ধে আলোচনা আমরা পূর্বেই করিয়াছি।

জন্মনিয়ন্ত্রণে এই প্রক্রিয়ার ব্যর্থতার কারণ এই যে, মিলন শেষে শুক্র-স্খলনের পূর্বেই কিছুটা শুক্র যে বাহির হইয়া যোনিনালীতে বা জরায়ুমুখে পতিত হইবে না, তাহারই বা নিশ্চয়তা কি? আবার সাধারণত মিলনের প্রারম্ভ হইতেই পুরুষাঙ্গ হইতে যে রস বাহির হইতে থাকে তাহার মধ্যেও শুক্রকীট থাকিতে পারে।

নারী-পুরুষের স্বাস্থ্যের দিক দিয়া ইহার অপকারিতা সর্ববাদিসম্মত। সর্বাঙ্গ খুব উত্তেজিত হওয়ার পর হঠাৎ অঙ্গ প্রত্যাহার করিলে তাহাতে উভয়ের স্নায়ুমণ্ডলে যে ঝাঁকুনি লাগে, তাহাতে তাহাদের স্বাস্থ্যহানি হইয়া থাকে।

দ্বিতীয়ত, নারীকে উত্তেজিত করিয়া অথচ তাহাকে তৃপ্তিদান না করিয়া অকস্মাৎ শেষ করিলে নারীর দেহের ও মনের প্রভূত ক্ষতি হইয়া থাকে। ইহার ফলে মাথা ধরা, মাথা ঘোরা, অসন্তোষ, বিরক্তি, মিলন অনিচ্ছা, স্বামীর প্রতি ঘৃণা, বিদ্বেষ প্রভৃতি স্বতঃই দেখা দিতে পারে।

---

* আমার পুস্তক "জন্মনিয়ন্ত্রণ—মত ও পথ" দ্রষ্টব্য।

তাহা ছাড়া, কখন শেষ মুহূর্ত আসিবে এইসব চিন্তার মধ্যে মিলনে দম্পতি সম্যক আনন্দ পাইবে না। এইরূপ উৎকণ্ঠা, উদ্বেগ ও ব্যাকুলতা অধিক দিন ধরিয়া হইতে থাকিলে উভয়ের স্নায়ুঘটিত নানা রোগ—anxiety neurosis এবং পুরুষের ধারণশক্তিহীনতা, রতিদৌর্বল্য প্রভৃতি হইতে পারে।

(২) দ্বিতীয় পর্যায়ে, অর্থাৎ শুক্রবেগকে অযথা কষ্ট সহকারে বা জোর করিয়া ঠেকাইয়া রাখার মধ্যে পড়িবে মোহাম্মদ বাকরের প্রক্রিয়া, অর্থাৎ শুক্রস্খলনের উপক্রম হইলেই হঠাৎ দাঁড়াইয়া নিশ্বাস টানাটানির ব্যবস্থা, অথবা গুহ্যদ্বার সংলগ্ন স্থানে বা লিঙ্গমূলে চাপিয়া ধরা ইত্যাদি।

ইহাতে শারীরিক অনিষ্ট হওয়ারই আশঙ্কা বেশী আমরা এইরূপ প্রক্রিয়া হইতে পাঠকগণকে বিরত থাকিতে বলি।

অযথা বিলম্বিত মিলন

(৩) তৃতীয় পর্যায়ে অর্থাৎ নারীর চরমপুলকলাভের পরও ক্রিয়া চালাইয়া যাওয়া অযথা বাহুল্য মাত্র। কারণ চরমপুলকলাভের পরে, দুই চারিজন রতি-উন্মত্ত নারী ব্যতীত সকলের বিতৃষ্ণা বোধ হয় এবং বিশ্রামের প্রয়োজন হয়। যে পুরুষ স্ত্রীকে অতদূর পর্যন্ত তৃপ্তিদানে সমর্থ হইল তাহার পক্ষে উহার সঙ্গে সঙ্গেই নিজের তৃপ্তিলাভ করিয়া বিশ্রাম করা উচিত। স্বামী স্ত্রীর সহবাসের আদর্শ হইল উভয়ের এক সঙ্গে চরমপুলকলাভ। স্ত্রী ত আর পালাইয়া যাইতেছে না! পুনরাভিনয়ের যথেষ্ট সুযোগ রইল।

বীর্যধারণের ন্যায্য ও সঙ্গত সাধনা

এই সমস্ত বাড়াবাড়ি ছাড়া, কেবল স্ত্রীর চরমপুলকলাভে বিলম্ব হয় বলিয়া স্বামীর ততক্ষণ পর্যন্ত বীর্যধারণ করিবার সামর্থ্য আয়ত্ত করিবার চেষ্টাকে প্রশংসনীয়ই বলা উচিত। শুধু তাহাও নহে, স্ত্রীর শারীরিক ও মানসিক স্বাস্থ্য রক্ষা ও আনন্দ বিধানের জন্য উহাকে দস্তুরমত অবশ্য কর্তব্য আখ্যা দিতে হইবে।

যৌগিক প্রক্রিয়ার সাধু উদ্দেশ্যও ইহাই। ঔষধাদি ব্যবহার করিয়া বীর্যস্তম্ভনের প্রচেষ্টাও এই উদ্দেশ্যেই হইয়া থাকে। তবে আমাদিগকে অনিষ্টকর, অযৌক্তিক বা অনর্থক প্রক্রিয়া বা ঔষধাদি পরিত্যাগ করিয়া চলিতে হইবে।

রতিসামর্থ্য লাভের ন্যায্য আকাঙ্ক্ষার সুযোগ গ্রহণ করিয়া অসংখ্য ব্যবসায়ী উত্তেজক ঔষধের বিজ্ঞাপন দিয়া লাভবান হইতেছে। অথচ ক্রেতারা শতকরা নিরানব্বই ক্ষেত্রেই ঠকিয়া হতাশ হইতেছে। পাঠকগণকে আমরা ঐ সমস্ত বিজ্ঞাপিত ঔষধ ব্যবহার না করিতে আবার উপদেশ দিতেছি। খাঁটি ঔষধের সন্ধান আমরা ১৮ অধ্যায় দিতেছি।

দ্রুতস্খলন সম্বন্ধে কিনজেদের অদ্ভুত মত

আমেরিকার কিনজে প্রমুখ গবেষকগণ তাঁহাদের ১৯৪৮ সালে প্রকাশিত 'সেক্সুয়্যাল বিহেভিয়্যার ইন্ দ্য হিউম্যান মেইল' নামক পুস্তকে লিখিয়াছেন যে, সম্ভবত ৬৫ ভাগ পুরুষেরই অঙ্গ সংযোগের পর ২ মিনিটের ভিতর স্খলন হইয়া যায়, অনেকের ১ মিনিটেরও কমেই, এমনকি ১০ বা ২০ সেকেণ্ডের মধ্যে ক্রিয়া সমাধা হইয়া যায়। তাঁহারা বলেন যে, এমন সব চিকিৎসক আছেন যাঁহারা বলেন যে, যদি কেহ নারীর চরমপুলকলাভ অবধি বীর্যধারণ করিতে না পারে তাহা হইলে তাহার স্খলন অকালে হইল বুঝিতে হইবে। তাঁহার প্রতিবাদ করিয়া বলেন, অনেক উচ্চ শ্রেণীর মহিলাদের যৌন-ব্যাপারে এতাদৃশ সংযম ও শিক্ষা সংস্কার যে, তাঁহাদের চরমপুলকলাভ হইতে ১০ থেকে ১৫ মিনিট লাগে এবং কতক ত সারা জীবনে কখনও উহা লাভ করে না। সুতরাং, সুরত সময়ের দৈর্ঘ্যে পুরুষের সঙ্গিনীর সমান হওয়া উচিত এইরূপ দাবী করিলে তাহাকে বিশেষ অস্বাভাবিক হইতে বলা হয়। তাঁহারা আরও বলেন যে, স্তন্যপায়ী জীবদের অনেক শ্রেণীর প্রবেশ করানো মাত্রই স্খলন হয়। আর, মানবের নিকটতম জীব শিম্পাঞ্জীদের ১০ হইতে ২০ সেকেণ্ড লাগে। অপর সমস্ত ব্যাপারে, বহির্জগতের উত্তেজনায় যে দ্রুত সাড়া দেয় সে শ্রেষ্ঠ বলিয়া গণ্য হয়। যে পুরুষের দ্রুত স্খলন হয় সে-ও অবশ্যই শ্রেষ্ঠ, তাহার এই বিশেষত্ব তাহার স্ত্রীর পক্ষে যতই অসুবিধা ও দুর্ভাগ্যজনক হউক না কেন। উচ্চশ্রেণীর কতকাংশ পুরুষ গুহ্যদ্বারের পেশীগুলি আকুঞ্চনের দ্বারা সুরতকাল বিলম্বিত করিতে পারেন কিন্তু পুরুষদের মধ্যে অল্পাংশই দ্রুত সহবাস সমাধা করা অপেক্ষা এইরূপ ক্ষমতা অর্জন করা বাঞ্ছনীয় মনে করেন।

কিন্তু আমরা বলি যে, যদিও সমগ্র মানবজাতির দ্রুত স্খলনই সাধারণ ব্যাপার তথাপি ইহাকে বাঞ্ছনীয় ও প্রশংসনীয় বলা যাইতে পারে না। কারণ পশুদের মিলনে বংশধারা বজায় রাখার উদ্দেশ্য সিদ্ধ হয়। তাই কুকুর, বিড়াল, গরু, মহিষ, মেষ, ছাগল, বহু রকম পাখী ইত্যাদি একবার বীর্য গ্রহণ করিয়াই আর মিলনে উন্মুখ থাকে না। এমনকি ও কাজে বাধা জন্মায়। কিন্তু মানবজাতি শিক্ষা ও সভ্যতার সহায়ে এইরূপ উচ্চ স্তরে উন্নীত হইয়াছে যে, তাহাদের কাছে স্ত্রী-সহবাস কেবলমাত্র শারীরিক ব্যাপার নহে, তাহার সৌন্দর্য ও প্রেম-পিপাসা নিবৃত্তির এবং সুকুমার হৃদয়বৃত্তিগুলি স্ফুরণের শ্রেষ্ঠ উপায় স্বরূপ হইয়া দাঁড়াইয়াছে। যদি পুরুষকে দ্রুত স্বমেহনকারী বলিয়া প্রশংসা করা হয় তাহা হইলে আমাদের কোন আপত্তি নাই, কিন্তু যখন আমরা এইরূপ একজন সঙ্গিনীর সহিত মিলিত হই, যে আমাদের ভালবাসে এবং আমরা যাহাকে ভালবাসি এবং যাহার দেহ-মনে উহাতে তৃপ্তি লাভের স্বাভাবিক ও সঙ্গত কামনা বর্তমান, কিন্তু যাহার দেহ-মন অবিলম্বে চরম অবস্থায় পৌঁছিবার জন্য প্রস্তুত নয়, তখন দ্রুত স্খলনকারীদের এই কথা মনে করিয়া সান্ত্বনা লাভ করা উচিত নয় যে, নিজ গতি মন্থর করিয়া সঙ্গিনীর

সহিত সম-তালে চলিবার চেষ্টা করিবার দায় তাহার নহে। একজন দীর্ঘকায় ব্যক্তি হ্রস্বকায় ব্যক্তির সহিত হাঁটিলে দীর্ঘপদক্ষেপে অনায়াসেই তাহার সঙ্গীকে ছাড়াইয়া বহু দূরে চলিয়া যাইতে পারে, কিন্তু যখন এইরূপ দুইজন বন্ধু একত্রে বেড়াইতে বাহির হয়, তখন দীর্ঘ ব্যক্তিটি ছোট ছোট অথবা ধীরে ধীরে পা ফেলে সঙ্গীর সঙ্গে সঙ্গে চলিবার জন্য।*

কিন্‌জেদের এইরূপ অত্যুক্তির সম্ভাব্য কুফল

আশঙ্কা হয় যে, সভ্যজগতে অভিনব গবেষক বলিয়া খ্যাতিসম্পন্ন কিন্‌জেদের ঐ উক্তি দেখিয়া বিশ্বাস করিয়া আধুনিক ও ভবিষ্যৎ যুগের তরুণেরা স্ত্রী সহবাস যথাসম্ভব দ্রুত সমাধা করিয়া শ্রেষ্ঠত্বের গৌরব অর্জন করিতে চাহিবে এবং তাহার ফলে তাহাদের স্ত্রীগণ অতৃপ্ত থাকিয়া যাইবে এবং ইহার ফলে দাম্পত্য প্রেমের লাঘব ও বিবাহ বিচ্ছেদের আধিক্য ঘটিবে। তাঁহাদের বিরুদ্ধে আরও আপত্তি উত্থাপন করা যাইতে পারে।

কিন্‌জেদের আর এক ভ্রান্ত মত

নারীর আত্মরতি দ্রুত হয় সুতরাং সে যৌন সাড়াও শীঘ্র দেয়।

উপরোক্ত বিষয়ের সঙ্গে সম্পর্কিত আর একটি ব্যাপারেও কিন্‌জেদের বিবেচনা হীনতা প্রকাশ পায়। সুতরাং তাহারও প্রতিবাদ করা আমাদের কর্তব্য। ১৯৫৪ সালে

* লাইওনেল ট্রিলিং (Lionel Trilling)—সুযোগ্য সমালোচক বলেন, "In many species (but not in all) ejaculation follows almost immediately upon intromission, in chimpanzees ejaculation occurs in ten to twenty seconds. The report therefore concludes that the human male who ejaculates immediately upon intromission 'is quite normal [here the world becomes suddenly permissible] among mammals and usual among his own species'. 'Indeed, the report finds it odd that the term "impotent" should be applied to such rapied responses. It would be difficult to find another situation in which an individual who was quick and intense in his responses was labeled anything but superior, and that in most instances is exactly what the rapidly ejaculating male probably is, however inconvenient and unfortunate his qualities may be from standpoints of the wife in the relationship."

"But by such reasoning the human male who is quick and intense in his leap to the lifeboat is natural and superior, however inconvenient and unfortunate his speed and intensity may be to the wife he leaves standing on the deck, as is also the man who makes a snap judgment, who bites his dentist's finger, who kicks the child who annoys him, who bolts his—or another's food, who is incontinent of his faces."

প্রকাশিত তাঁহাদের গবেষণার দ্বিতীয় ফল স্বরূপ মহাগ্রন্থ 'সেক্সুয়্যাল বিহেভিয়্যার ইন্ দ্য হিউম্যান ফিমেল'-এ আছে যে, এই প্রচলিত ধারণা ভ্রমাত্মক যে-নারী পুরুষ অপেক্ষা মন্দ গতিতে যৌন উত্তেজনায় সাড়া দেয়। কারণ দেখা গিয়াছে যে, যেরূপ অধিকাংশ পুরুষ বিহারের সময় ২/১ মিনিটে বীর্যপাত করিয়া ফেলে, তেমনি বিস্তর নারীও আত্মরতিতে ২/১ মিনিটে চরমপুলকলাভ করে। ২,১১৪ জন নারীকে প্রশ্ন করিয়া তাঁহারা হিসাব করিয়া দেখিয়াছেন যে, গড়পড়তা নারীর আত্মরতিতে চরমতৃপ্তিলাভ করিতে ৪ মিনিটের কিছু কম লাগে, যদিও তাহার সুরতে তৃপ্তিলাভ করিতে ১০, ২০ অথবা তাহারও অধিক মিনিট লাগে। ঐরূপ হিসাব হইতে তাঁহাবা দেখিয়াছেন যে, গড়পড়তা পুরুষেব স্বমেহনে স্খলন করিতে ২ হইতে ৪ মিনিট লাগে। তাঁহারা বলেন যে, কতক নারী কামক্রীড়ায় অথবা সুরতে নিয়মিতভাবে ১৫ হইতে ৩০ সেকেণ্ডে চরমপুলকলাভ করে। আবার শতকরা ১৭ জন (অর্থাৎ ৮ ভাগের কিছু অধিক) নারী সুরতে একবার মাত্র স্খলনের মধ্যে ২ ৩ বার, এমনকি এক ডজন ও তাহার অধিক বার চরমপুলকলাভ করে। আশ্চর্যের বিষয় এই, শুধু যে নারীরা প্রত্যেকবার সহবাসে উহা লাভ করে তাহারাই একবারের সঙ্গমে কয়েকবার লাভ করে তাহা নয়, যাহারা মাঝে মাঝে উহা লাভ করে তাহারাও স্বামীর একবার স্খলনের মধ্যে কয়েকবার চরম অবস্থায় পেঁাছায়। সুতরাং দেখা যাইতেছে যে, নারী যে স্বভাবতই চরমপুলকলাভে পুরুষ অপেক্ষা মন্দগতি তাহা নয়, সাধারণত যে অধিকাংশ নারী সুরতে ধীরগতি ইহার জন্য পুরুষের রতিকৌশলের কোনও গলদই দায়ী। পুরুষ নারীকে দর্শন, তাহার সহিত প্রেমালাপ, কোন্ কোন্ রতিকৌশল ব্যবহার করিবে তাহার চিন্তা, পূর্বের কোনও কামক্রীড়া স্মরণ, ইহার পরবর্তী বারে সেই নারী অথবা অপর কোনও নারীর সহিত সম্ভোগের ফন্দি আঁটা প্রভৃতি নানা চিন্তায় ক্রমাগত উত্তেজিত হইতে থাকে, মাঝে মাঝে রমণে ক্ষান্ত দিলেও উক্তরূপ স্মরণ মনে তাহার উত্তেজনা বজায় থাকে। পক্ষান্তরে, পুরুষের অঙ্গ-সঞ্চালন বন্ধ রাখায়, আসনের পরিবর্তনে, কথায় বার্তায়, অথবা ক্ষণিকের নিমিত্ত অঙ্গ বাহির করিয়া লওয়ায় নারীর উত্তেজনার ঊর্ধ্বগতিতে ছেদ পড়ে, তখন সে উত্তেজনা আরম্ভ হইবার পূর্বের অবস্থায় নামিয়া যায়, সেখান হইতে আবার ক্রিয়া আরম্ভ হইলে, তাহাকে পুনরায় যাত্রা আরম্ভ করিতে হয়।

আমরা বলিতে বাধ্য যে, আত্মরতিতে নারীর উত্তেজনা দ্রুতগতিতে ঊর্ধ্বে উঠে বলিয়া সুরতেও যে তাহাই হইবার কথা ইহা মনে করা ভ্রমাত্মক। উভয় ক্ষেত্রের পার্থক্যগুলি কিন্‌জে প্রমুখ পণ্ডিতগণ তলাইয়া দেখেন নাই। নারী নানা কারণে (যথা— প্রেমাস্পদ পুরুষের সান্নিধ্য, স্পর্শ অথবা তাহার শৃঙ্গার, আদিরসাত্মক উপন্যাসাদি পাঠ ও সিনেমা দেখা প্রভৃতির জন্য) কামোত্তেজিত হইলে তবেই স্বমেহনে প্রবৃত্ত হয়। সুতরাং চরমপুলকলাভের জন্য সে প্রস্তুত এবং আগ্রহান্বিত থাকে। কাহারও দেখিবার অথবা কোনও রূপ বাধা পড়িবার আশঙ্কা নাই, একা সহজেই নির্জন স্থানে, কাহারও

সন্দেহ উদ্রেক না করিয়া করিতে পারে এবং উহা করিবার সময় হস্তের গতি নিয়মিত ছন্দ সমস্ত নিজেরই আয়ত্তাধীন থাকে। এইসব কারণে আত্মরতিতে তাহার ২ / ৩ মিনিটে চরম অবস্থায় পৌঁছানো সম্ভব। কিন্তু মিলন সাধারণত পুরুষের ইচ্ছায় ও পীড়াপীড়িতে হয়, অনেক ক্ষেত্রে নারীর অনিচ্ছা বা কম ইচ্ছা থাকা সত্ত্বেও পুরুষের মনোরঞ্জনের জন্যই সে সঙ্গ দেয়। সুতরাং আত্মরতি অপেক্ষা রমণে তাহার উত্তেজনার মন্দগতি এবং চরম-তৃপ্তিলাভ বিলম্বিত হওয়া স্বাভাবিক। এবং এইসব কারণেই পুরুষকে দ্রুতস্খলনের প্রতিরোধ করিবার চেষ্টা করিতে হইবে।

রমণে রমণীর উত্তেজনার মন্দগতির যে কারণাবলী কিনজে প্রমুখ লিখিয়াছেন, এবং আত্মরতি ও সুরতে নারীর সাড়া দিবার গতির পার্থক্যের কারণ দেখাইতে গিয়া আমরা যে সামান্য কয়েকটি মাত্র উল্লেখ করিলাম সেই সমস্ত অন্যান্য কারণে (যেগুলি যথাস্থানে বলা হইয়াছে) নারী সুরতে চরমপুলকলাভ করিতে সাধারণত পুরুষ অপেক্ষা অনেক অধিক সময় লয়। এইজন্য প্রায় ৭৫ ভাগ নারীর উহা লাভ করাই হয় না। ইহা লাভ না হইলে যে সমস্ত শারীরিক, মানসিক, স্বামী ও দাম্পত্য জীবনের যে সব ক্ষতি হয় তাহা যথাস্থানে বলিয়াছি। নারী সঙ্গমে চরমপুলকলাভে বঞ্চিত থাকা দাম্পত্য জীবনের এক মহাসমস্যা।*

এই সমস্যা সমাধানের জন্য আমরা স্বামীর ও স্ত্রীর কর্তব্যাকর্তব্য সবিস্তারে বলিবার চেষ্টা করিয়াছি।

নারীর কামকেলিতে সাড়া দিবার ও বাসনা জাগাইবার জন্য তাহার **মনই প্রধান**। যদি তাহার মন সুরতের জন্য প্রস্তুত না থাকে, বরং যদি কোনও কারণে বিমুখ থাকে

---

* ডাঃ কেলী বলেন,

"One of the principal causes of sexual incompatibility between husband and wife is the inability of the former to prolong the act sufficiently to bring the latter to the climax and thus insure the release from tension that only the orgasm can produce. This inability varies from the degree of absolute premature ejaculation (even before intromission into the vagina) to a relatively premature ejaculation." (considerably before the wife has time to reach a complete state of erethism and full response.)

"In Chapter XIV attention has been called to the approach of husbands among Mussalmans Hindoos, Malays and Javanese, whose desire it is mainly to satisfy thhir wives by remaining in the vagina for a quarter of an hour or more. Many Europeans and Americans finish the act in two or three minutes or less and thus in most cases leave their wives unsatisfied. As elsewhere pointed out, the result often is to turn the wife against the act or, even worse, to make of her a nervous wreck."

তাহা হইলে যতই তাহার কামাঙ্গগুলিতে সুড়সুড়ি হউক না কেন তাহার চরমপুলকলাভ হইবে না। কিসে কিসে তাহার মন অনুকূল ও প্রতিকূল হয় তাহা সবিস্তারে বুঝাইয়াছি।

এবার সঙ্গত প্রচেষ্টার কথা

স্বাস্থ্যসম্মতভাবে কি করিয়া পুরুষ বীর্য ধারণে সামর্থ্য আয়ত্ত করিতে পারে সে সম্বন্ধে কোনও মূল্যবান উপদেশের জন্য অসংখ্য পুস্তক ঘাঁটিয়া নিরাশ হইয়াছি। অথচ পাঠকদের পীড়াপীড়িও ইহারই জন্য।

আমরা এখন যে প্রক্রিয়ার কথা বলিতেছি, উহা ধনী-দরিদ্র নির্বিশেষে সকল শ্রেণীর লোকে অভ্যাস করিতে পারে। ফলতঃ, কি স্বাস্থ্যরক্ষার দিক দিয়া, কি পুলকের দিক দিয়া **শুক্রস্খলন-নিয়ন্ত্রণ** অতীব প্রয়োজনীয়।*

পুরুষের যৌন-অঙ্গের যে পরিচয় এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে দেওয়া হইয়াছে তাহা অনুধাবন করিলেই পাঠকগণ দেখিতে পাইবেন যে, মূত্রাধার হইতে মূত্র নির্গমনের জন্য একটি নল আছে। ঠিক সেইরূপ অন্ত্র হইতে মল নির্গমনের জন্য একটি সরলান্ত্র আছে। মূত্রাধারে খানিকটা মূত্র এবং সরলান্ত্রে খানিকটা মল সর্বদাই বিদ্যমান থাকে। কিন্তু এই মল ও মূত্র যখন-তখন বহির্গত হয় না। এমনকি মলমূত্রাবেগ হইলেও আমরা ইচ্ছামত উহার কতকটা বেগ ধারণ করিতে পারি। সরলান্ত্র ও মূত্রনালীর স্বাভাবিক সঙ্কোচন-শীলতা এই কার্যে আমাদের সহায়তা করিয়া থাকে।

মোট কথা, দেহের উপর ইচ্ছাশক্তির বিপুল প্রভাব বিদ্যমান রহিয়াছে। আমাদের প্রতিপাদ্য এই ঃ

(১) যৌনবোধ দৈহিক ও মানসিক কামাবেগ সৃষ্টি করে, আবার দৈহিক এবং মানসিক কামাবেগও যৌনবোধকে উগ্র করে।

(২) পেশী ও স্নায়ু অতিশয় সহনশীল। অর্থাৎ উহাদিগকে ধীরে ধীরে চাপ দিয়া অধিকতর সহনশীল করা যায়। কথায় বলে, "শরীরের নাম মহাশয়, যা সওয়াবে তাই সয়।" অবশ্য ইহারও সীমা আছে।

(৩) ব্যায়ামের অভ্যাসের দ্বারা মানুষ যেমন তাহার দেহের বাহ্য পেশী ও স্নায়ু-সমূহকে বিস্ময়করর‍ূপে নিয়ন্ত্রিত করিতে পারে, যৌন অঙ্গসমূহের স্নায়ু ও পেশীর উপরও কতকটা সেইরূপ প্রভাব বিস্তার করিতে পারে। এই বিষয়ে স্যার টমান ক্লস্টন বলিয়াছেন, "Nature has so arranged matters that the more constantly control is exercised the more easy and effective it becomes; it becomes a habit."

---

*মেরী ষ্টোপ্স বলিয়াছেন : 'The fullest delight even in a purely physical sense, can be attained only by those who curb and direct their natural impulses."

সুতরাং আপাতদৃষ্টিতে যতই কঠিন বোধ হউক না কেন, ক্রমবর্ধমান সাধনার দ্বারা আমরা প্রায় যে কোনও অভ্যাস আয়ত্ত করতে পারি।

পেশী ও স্নায়ু শাসনের এই মূলসূত্র যৌন-ব্যাপারে প্রয়োগ করিলে আমরা দেখিতে পাই :

(ক) আমাদের শুক্রস্খলনের উপর ইচ্ছাশক্তির প্রবল প্রভাব বিদ্যমান রহিয়াছে। সেইজন্য কেবলমাত্র কামচিন্তাতেও অনেক সময় পুরুষের শুক্র স্খলিত হইয়া পড়ে।

(খ) মল ও মূত্র ত্যাগের বেগ অত্যন্ত তীব্র ও দুর্নিবার। তবু আমরা দুইটি উপায় দ্বারা মলমূত্রের বেগ রোধ করিয়া থাকি। প্রথমত, ইচ্ছাশক্তি; দ্বিতীয়ত, বস্তিপ্রদেশের পেশীর সঙ্কোচন।

(গ) আমরা তলপেট সঙ্কুচিত করিবার জন্য যে সমস্ত প্রক্রিয়া অবলম্বন করিয়া থাকি, গুহ্যদ্বার সঙ্কোচন তন্মধ্যে অন্যতম। আমরা মলমূত্র ত্যাগ বা রোধ উপলক্ষে প্রত্যহ অনেকবার জ্ঞাত ও অজ্ঞাতসারে এই প্রক্রিয়া অভ্যাস করিয়া থাকি।

(ঘ) এই কারণে মূত্রত্যাগ করিতে করিতে মাঝে মাঝে **প্রবাহ বন্ধ করার অভ্যাস করা ভাল**। তবে মৃদু চাপই সহ্য করা উচিত; বেশী কষ্ট করিয়া প্রবল বেগ সংবরণ করা অনিষ্টকর হইতে পারে। আমরা পাঠকগণকে এইজন্য সতর্ক করিতেছি। কোন্ কোন্ পেশীর সঙ্কোচনে ইহা করা যায় তাহা অনুভব করিতে হইবে। কোঁথ দিয়া একটু প্রস্রাব করিয়া প্রবাহ বন্ধ করা যায়, আবার প্রস্রাব করা যায়।

কিছুকাল এইরূপ মৃদু ও ক্রমবর্ধমান অভ্যাসের দ্বারা বস্তিপ্রদেশের পৈশিক সঙ্কোচন করিয়া মূত্ররোধ করিবার ক্ষমতা জন্মিলে, ঐরূপ সঙ্কোচন দ্বারা শুক্রবেগেরও সাময়িক রোধ সম্ভবপর হইতে পারে। ইহাতে গুহ্যদ্বারের সঙ্কোচনের সাহায্য লওয়া হয়। বস্তুত কিছুক্ষণ করিয়া নিয়মিতভাবে গুহ্যদ্বারের সঙ্কোচন প্রসারণের অভ্যাস করিলেই সঙ্গে সঙ্গে মূত্র ও শুক্ররোধক পেশীসমূহের ব্যায়াম হইবেই। ইহার ফলে ইচ্ছামত মল, মূত্র ও শুক্রবেগ ধারণ করিবার ক্ষমতা ক্রমশ বর্ধিত হইবে।*

---

* পাশ্চাত্য লেখকরা প্রায়ই বস্তিসাধনাকে বিদ্রূপ করেন। তবে ডাঃ এইকেনলব (Eichenlaub) তাঁহার New Approaches to Sex বইতে এই প্রক্রিয়ার সমর্থন করিয়াছেন এই ভাবে :

"Your semen ordinarily discharges into the tube from your bladder to the body surface through small openings located on a tiny prominence just beyond the bladder's outlet. When you get an erection, this prominence swells so that it cuts off the urinary passage, leaving only the semen-carrying tubes in communication with the exterior. However, this muscle complesely surrounds the junction of the urinary and the semen-bearing passages"

"If you want to try seminal retention, the first step is to strengthen and gain better control of your bladder's cut-off muscle. Every time you urinate for the next ten days or so, interrupt the act of voiding several times by suddenly

এই সাধনার ব্যবহারিক পর্যায়

কলারূপে মিলনের বিভিন্ন স্তরের বর্ণনা হইয়াছে। ঐসকল জ্ঞান থাকা এবং সময়মত ঐ জ্ঞানের সদ্ব্যবহার করা কর্তব্য। আমরা এখানে আলোচ্য প্রক্রিয়ার ব্যবহারিক পর্যায়ের উল্লেখ করিব। পূর্ণ-তৃপ্তি পাইবার মত দম্পতির সময়, সুযোগ, শারীরিক ও মানসিক অবস্থা থাকা চাই। শারীরিক ও মানসিক অনুকূল অবস্থাসমূহ।

(১) **দম্পতির ইচ্ছা প্রবল হওয়া চাই।**

সাধারণত দাম্পত্য-ব্যবহারকে নিত্যনৈমিত্তিক একঘেয়ে কর্মসূচীর পর্যায়েই ফেলিয়া দেওয়া হয়। বিবাহিত জীবনের সর্বাপেক্ষা মধুর কায়িক ও মানসিক মিলনকে আরও গৌরব দান করিতে হইবে। স্বামী সাধারণতই প্রস্তুত বা অল্প উত্তেজনায় উন্মুখ হইলেও স্ত্রীর সম্মতি বা আকাঙ্ক্ষার প্রয়োজন আছে। স্ত্রীর ইচ্ছার বিরুদ্ধে সম্পাদিত ক্রিয়ায় তাহার সন্তোষ সম্পাদন দুঃসাধ্য।

এই প্রসঙ্গে স্ত্রীলোকের কামেচ্ছার মাসিক জোয়ার-ভাটার যে পর্যায়ক্রম আমরা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে বর্ণনা করিয়াছি উহার সুযোগ গ্রহণ করা উচিত। অর্থাৎ স্ত্রীর কামেচ্ছার উত্থান-পতনের সহিত স্বামীর মিলন বাড়ানো কমানো উচিত। তাহা হইলে স্ত্রীর চরমপুলকলাভ সহজ হইবে।

মিসেস মার্গারেট স্যাঙ্গার (Sanger) দুঃখ করিয়াছেন যে, নারীর কামেচ্ছার এই জোয়ার-ভাটার দিকে অধিকাংশ সহানুভূতিশীল স্বামীই লক্ষ্য করে না। নারীও অনন্যোপায় হইয়া স্বামীর ইচ্ছাতেই আত্মসমর্পণ করে।

তিনি বলেন, "যদি স্বামী (অনেকবার সহবাসের) শক্তিপ্রাচুর্যে আত্মপ্রসাদ লাভ না করিয়া তাঁহার সঙ্গমের সুষ্ঠু সম্পাদনের দিকে মনোনিবেশ করেন তাহা হইলেই তাঁহার সামর্থ্য এবং এইরূপ করার অভ্যাস তাঁহার অধিকতর স্বাস্থ্য ও সুখের কারণ স্বরূপ হইবে এবং স্ত্রীর প্রতি তাঁহার এবং তাঁহার প্রতি স্ত্রীর প্রেমপ্রীতি গাঢ়তর হইবে। শুধু নিজের শক্তিপ্রাচুর্যে ঘন ঘন রমণ করিলেও (যদি স্বামী তাড়াতাড়ি শেষ করেন) তাঁহার স্ত্রী অতৃপ্তা থাকিয়া যান।"

clamping down with the muscles of your bladder opening. These muscles are located in the centre of your touch just behind the scrotum, and you will feel them harden and lift as they set. After a few days' practice, you will find that you can cut-off the stream of urine quite shapely whenever you wish, and can keep the cut-off muscle firm and hard for several seconds without strain. At this point you are ready to try seminal retention during a sexual climax, when you feel that your orgasm is about to begin, clamp down with your bladder's cut-off muscle and keep it firm until the twitchings of ejaculation cease. You will find that this actually increases the physical sensations associated with orgasm since the "trapped" semen presses all the harder on the urethral nerves."

তিনি আরও বলেন—স্ত্রীর কামেচ্ছায় জোয়ার কোন্ কোন্ দিন হয় সহানুভূতিশীল স্বামীর ইহা লক্ষ্য করিয়া যাইতে হইবে। সেই অনুসারে সম্মতি চাহিলে উভয়েই সুখের চরম শিখরে উঠিতে পারিবে।

আমরা পূর্বেই বলিয়াছি, সাধারণত ঋতুস্রাবের পূর্বের দুই-তিন দিন ও পরের চার পাঁচ এবং কাহারও দুই ঋতুস্রাবের মধ্যবর্তী দুই-তিন দিনই (অর্থাৎ ঋতুর দ্বাদশ হইতে চতুর্দশ দিবস পর্যন্ত)* কামেচ্ছার প্রখরতা অনুভূত হয়। বলা বাহুল্য, ঐ সময়ে স্বামীর মিলনকামী হওয়া কর্তব্য এবং ঐ সময়ে নারীর চরমপুলকলাভও সহজেই হইবার কথা।

জনৈক ডাঃ বন্ধু লিখিয়াছেন ঃ

"স্ত্রীর কামেচ্ছার মাসিক জোয়ার-ভাঁটার দিকে লক্ষ্য রাখিয়া তদানুযায়ী মিলন অবশ্যই প্রয়োজনীয়। এই প্রসঙ্গে আমার নিজস্ব একটা মত (যাহার সমর্থন অনেক ক্ষেত্রেই পাইয়াছি) উল্লেখ করা প্রয়োজনীয় মনে করি। যেমন কামের মাসিক জোয়ার-ভাঁটা আছে তেমনই দিনের মধ্যে সময় বিশেষে আনন্দের ব্যতিক্রমও থাকিবার কথা। আমার নিজস্ব অনুসন্ধান ক্ষেত্র হইতে কয়েকটি উদাহরণ জানি যাহাদের রাত্রি অপেক্ষা দিবাভাগে অধিকতর আনন্দ হয়। একটি ভদ্রমহিলার নিজের মুখে শুনিয়াছি যে, তিনি গতানুগতিক-ভাবে স্বামীর সহিত রাত্রেই মিলিত হইয়া থাকেন বটে (কারণ দিবাভাগে মিলিত হইবার সুযোগ তাঁহারা সচরাচর পান না) কিন্তু যদিও কোন দিন দ্বিপ্রহরে সহবাসের সুযোগ পান সে আনন্দের তুলনা থাকে না এবং সেই আনন্দ বহুদিন স্মৃতিপথে জাগরূক থাকে। অন্য একজন ভদ্রলোক বলিয়াছেন যে, তাঁহার স্ত্রী প্রায়ই ছুতানাতা করিয়া শেষ রাত্রে তাঁহার ঘুম ভাঙ্গাইয়া দেন, কারণ ঐ সময়ে মিলনে তিনি (স্ত্রী) অধিকতর আনন্দ পাইয়া থাকেন এবং খুব অল্প সময়েই চরমানন্দলাভ ঘটিয়া থাকে। কাজেই যেমন মাসিক জোয়ার-ভাঁটার দিকে লক্ষ্য রাখিতে হইবে তেমনই সম্ভব হইলে দিবারাত্রির মধ্যে যে সময়ে স্ত্রীর বেশী আনন্দ হয় সেই সময়ে মিলিত হইবার চেষ্টা করিতে হইবে।" এ কথা স্বীকার্য। আমরা 'দিবাভাগে মিলন' শীর্ষক আলোচনায় এই কথার অবতারণা করিয়াছি।

(২) স্বামী-স্ত্রীর মনোভাব দ্বিধাহীন হওয়া চাই।

স্বামীর নিজের শক্তিকে আস্থাবান (self-confident) থাকা চাই। অনেকে পূর্ববর্তী অসাফল্য দেখিয়া বা আরও দশজনে পারে না জানিয়া বা শুনিয়া নিজের উপর আস্থা হারাইয়া ফেলে। ইহাদের সাহসের জন্য আমরা বলিতে চাই যে, সকল দেশে কতক পুরুষ এবং কতক জাতির অনেক পুরুষই দশ পনের মিনিট বা ততোধিক কাল পর্যন্ত

* এইটির অর্থাৎ ঋতুস্রাবের মধ্যবর্তী দুই দিনই ঋতুচক্রের মধ্যে সবচেয়ে উর্বর সময়—অর্থাৎ এই সময়েই গর্ভাধানের বেশী সম্ভাবনা। দম্পতি এই সময়ে উপযুক্ত জন্মনিয়ন্ত্রণের সাবধানতা অবলম্বন করিবেন।

বীর্যধারণে সক্ষম হয়। পাঠকই বা পারিবেন না কেন? এ যাবৎ পারেন নাই বলিয়াই যে ভবিষ্যতে পারিবেন না একথা ঠিক নহে।

অন্য অনেকে পারিলে 'আমি নিশ্চয়ই পারিব' এইরূপ প্রবল বিশ্বাস মনে বদ্ধমূল করিতে চেষ্টা করিতে হইবে। অসাফল্যের ভয় বিদূরিত করিবেন—এমনকি, উহার কথা একেবারে বিস্মৃত হইতে হইবে। স্বামীর সাময়িক অসাফল্যে স্ত্রীর টিটকারী বা নিন্দা অনেক সময়ে ভবিষ্যতে স্বামীর আরও অসাফল্যের কারণ হয়।

(৩) **অযথা উদ্বেগ বা তাড়াহুড়া পরিহার করিতে হইবে।**

দম্পতির মিলনে অবসর থাকা এবং অপরের কাহারও দেখিবার, শব্দ শুনিবার বা আসিয়া পড়িবার সম্ভাবনা না থাকা চাই। জোরোম ও জুলিয়া রেইনার এই প্রসঙ্গে সতর্ক করিয়া বলিয়াছেন ঃ

"A wife may be easily distracted during coitus. Husbands have complained that women are inattentive. Compared with the channelled concentration of the male, many a woman has found herself attending less to her own sensations than to a backfiring motor in the street, a light shining in her eyes, or perhaps a sound of restlessness from the children's room. A wife may find that with the mere act of shifting position or any momentary interruption in tactile stimulation, she drops from whatever peak of sexual excitement she has already reached almost at the level at which she began. She seems less able than her husband to miantain the rising tension that leads to climax."

তাড়াতাড়িতে পুরুষের পুলকলাভ সম্ভব হইলেও স্ত্রীকে উপযুক্ত সময় দিতে হইবে।

(৪) **সকল রকম ভয় বা উৎকণ্ঠার কারণ নির্মূল করিতে হইবে।**

গর্ভাধানের ভীতি স্ত্রীর চরমপুলকলাভের সর্বাপেক্ষা বড় প্রতিবন্ধক। জন্ম-নিয়ন্ত্রণের উপযুক্ত ব্যবস্থা অবলম্বনে ঐ ভয় বিদূরিত হইলে স্ত্রীর পক্ষে চরমপুলকলাভও সহজেই হইবে।

আমার "জন্মনিয়ন্ত্রণ—মত ও পথ" পুস্তকে এই সম্পর্কে উপযুক্ত ব্যবস্থাদির উল্লেখ আছে। এই পুস্তকেও সংক্ষেপে আলোচনা করা হইয়াছে।

(৫) শৃঙ্গারের সাহায্যে স্ত্রীর অঙ্গ সিক্ত হওয়া চাই।

তাহা না হইলে অধিক ঘর্ষণের (Friction) দরুন পুরুষ বেশীক্ষণ বীর্য ধারণ করিতে পারিবে না।*

(৬) কামাত্মক গল্প (কাল্পনিক বা বাস্তব) বলা ও সারাক্ষণ বলিতে থাকা স্ত্রীর পক্ষে উপভোগ্য ও উত্তেজক।

এই সকল অনুকূল অবস্থাব বিদ্যমানতায দম্পতির আঙ্গিক মিলন সংঘটিত হইলে ইহার পরবর্তী কলাকৌশল এইরূপ হইবে।

(১) শৃঙ্গারে স্ত্রীর অঙ্গ সিক্ত হইলে স্বামী খুব সাবধানতাব সহিত অঙ্গ সংস্থাপন করিবেন। খুব ধীরে এবং নিশ্বাস টানিযা এবং স্ত্রীর হস্তের সাহায্যে অঙ্গ প্রবেশ করানো ভাল।

এই অবস্থায বেশী প্রচাপ লাগিলে বা ব্যস্ত হইলে প্রথম প্রথম বীর্যধারণ অসম্ভব হইয়া পড়ে।

কেহ কেহ বলেন, অঙ্গ পূর্ণ দৃঢ়তা প্রাপ্ত হ লে ও উহার দৃঢ়তা বজায থাকিলে শুক্র মূত্রনালী বাহিযা আসিলেও লিঙ্গমূলে সঞ্চিত থাকিবে। লিঙ্গমধ্যস্থ মূত্রনালী সঙ্কুচিত থাকার দরুন শুক্রস্খলন হইবে না। আবার কেহ কেহ বলেন, অঙ্গ ততটা দৃঢ়তা প্রাপ্ত না হইলেই বীর্যবেগ বেশীক্ষণ রাখা যায।

মোট কথা, অভ্যাসের দ্বারা শুক্রবেগ ধারণ আয়ত্ত হইলে পরে অঙ্গ কখনো শক্ত কখনও শিথিল হইলেও শুক্রবেগ ধরিয়াই রাখা যাইবে।

---

* আরবী ভাষায লিখিত শেখ নেফযাওবীর 'সুগন্ধি কানন (Perfumed Garden)-এ বহু অবৈজ্ঞানিক কথা আছে কিন্তু সেই যুগে (১৩৯৪— ১৪৩৩ খ্রী.) শৃঙ্গার ও আসন সম্পর্কে সূক্ষ্ম বানা বিশ্লেষণ দেখিয়া বিস্মিত হইতে হয়।

শৃঙ্গারের প্রক্রিয়া ও সার্থকতা সম্পর্কে তাঁহার উক্তি ঃ

"Know, O VIZR (God be good to you !), if you would have pleasant coition, which ought to give an equal share of happiness to the two combatants and be satisfactory to both, you must first of all toy with the woman, excite her with kisses, by nibbling and sucking her lips, by caressing her neck and cheeks Turn her over in the bed, now on her back, now on her stomach, till you see by her eyes that the time for pleasure is near, as I have mentioned in the preceding chapter, and certainly I have not been sparing with my observations thereupon."

"Then when you observe the lips of a woman to tremble and get red, and her eyes to become languishing, and her sighs to become quicker, know that she is hot for coition, then get between her thighs, so that your member can enter into her vagina. If you follow my advice you will enjoy a pleasant embrace, which will give you the greatest satisfaction and leave with you a delicious remembrance."

ক্ষুদ্রোষ্ঠদ্বয়ের মাঝে ও ভেস্টিবিউলে অঙ্গ সংস্থাপন করিয়া কিছুক্ষণ ঐ স্থানে ও ভগাঙ্কুরে ঘর্ষণাদি করা ভাল।

(২) স্বামী অঙ্গ সংযোগ স্থাপন করিয়া কিছুক্ষণ স্থির থাকিবেন।

সহসাই কর্মতৎপরতা দেখাইবার আগ্রহ ও উৎসাহ দমন করিতে হইবে।

এই বিরতির সময়ে আদর-সোহাগের কথাবার্তা চলিবে এবং **প্রবল ইচ্ছাশক্তি** প্রয়োগ করিতে হইবে এই বলিয়া যে, আমাকে ধৈর্যধারণ করিয়া স্ত্রীর চরমপুলকলাভে সহায়তা করিতেই হইবে।

(৩) **আঙ্গিক মিলন** সমাধা করিয়া যুক্ত থাকিয়াই স্বামী স্ত্রী পাশাপাশি আসন পরিগ্রহ করিতে পারেন। অথবা স্বামী প্রথমে উপরে না উঠিয়া স্ত্রীর চীৎ ও স্বামীর কাৎ ভাবে অঙ্গসংযোগ হইতে পারে ও মন্থর ভাবে অঙ্গ সঞ্চালন চলিতে পারে।

ইহাতে অনেকটা আরামও পাওয়া যায়।

(৪) সংযুক্ত অবস্থায় শুক্রস্খলনের কিছুমাত্র বেগবোধ হইতেছে না এমন মনে হইলে ধীরে ধীরে মৃদু অঙ্গ সঞ্চালন করিতে হইবে এবং পরক্ষণেই আবার বিশ্রাম করিতে হইবে।

এই বিশ্রামের সময়ে আঙ্গিক নিষ্ক্রিয়তা সত্ত্বেও হস্তপদাদির সাহায্যে শৃঙ্গার এবং উত্তেজক গল্পগুজব করা উচিত। **মৃদু সঞ্চালন ও বিশ্রাম পর পর** হইবে এবং ঐ সময়ে স্বামী অন্য কোনও চিন্তায় বা কথোপকথনে নিজের মনকে ফিরাইবে, কিন্তু স্ত্রী মনোনিবেশ সহকারে মিলনের প্রত্যেক পর্যায় সম্পূর্ণ উপভোগ করিবে। অর্থাৎ স্বামীর থাকিবে স্বীয় উত্তেজনা দমন করিয়া রাখিবার প্রচেষ্টা, স্ত্রীর থাকিবে উত্তেজনাবোধ বৃদ্ধি করিবার প্রচেষ্টা।

(৫) স্বামী ও স্ত্রী পর্যায়ক্রমে সক্রিয় হইবেন। স্ত্রী পাশাপাশি উপর নীচে অথবা চক্রাকারে অঙ্গ সঞ্চালন এবং ক্রমান্বয়ে যোনিনালীর মাংসপেশীগুলি যথাসাধ্য আকুঞ্চিত ও প্রসারিত করিতে থাকিবেন।*

(৬) কেবলমাত্র ভিতরে সোজা ধাক্কা দিবার জন্য অঙ্গ সঞ্চালন না করিয়া নিজের অঙ্গ ভিতরে একভাবে রাখিয়া, বস্তিদেশ পাশাপাশি নাড়িলে অথবা ঘুরাইলে পুরুষাঙ্গের ঠিক উপর দিকের স্থানে pubic region-এর সহিত ভগাঙ্কুর, তাহার নীচের অংশ (ভেস্টিবিউল) এবং বাহিরের বৃহৎ ওষ্ঠ ও তাহার নীচের ক্ষুদ্র ওষ্ঠ ঘর্ষিত হয়। এইভাবে শরীর সঞ্চালনের একটি বিশেষ সুবিধা এই যে, পুরুষের বীর্যধারণের পর তখনও নারীর চরমপুলক না হইয়া থাকিলে, ইন্দ্রিয় ক্রমশ নরম ও ক্ষুদ্র হইয়া আসায় আর অধিকক্ষণ সোজা ধাক্কা দেওয়া চলে না কিন্তু এই ক্রিয়া যতক্ষণ ইচ্ছা চালাইতে পারা যায় ও তাহার ফলে নারী চরমতৃপ্তি লাভ করিতে পারে।

* নারীদের ভগ্ণ্ণও পেশী সঙ্কোচন-প্রসারণ পদ্ধতির উপকারিতা সম্পর্কে 'পঞ্চাশের পরের যৌন-জীবন' শীর্ষক অধ্যায়ে আলোচনা করা হইয়াছে।

স্বামী-স্ত্রী অঙ্গসঞ্চালনের বহুবিধ প্রক্রিয়া নিজেরাই আবিষ্কার করিয়া লইতে পারেন।*

পরীক্ষা করিয়া করিয়া স্বামী স্ত্রী কোন্‌টায় কতটা সুবিধা-অসুবিধা নিজেরাই নির্ধারণ করিয়া লইতে পারেন।

(৭) কোনও স্তরে শুক্রস্খলনের উপক্রম বোধ হইলেই স্বামী নিষ্ক্রিয় হইয়া মিলিত

---

* শেখ নেফযাওবী অঙ্গ-সংযোগের পরের আচরণ অর্থাৎ অঙ্গ সঞ্চালন সম্পর্কে মূল্যবান বিবরণ দিয়াছেন এইভাবে :—I have now only to mentior the various movements practised during coitus, and shall describe some of them.

FIRST MOVEMENT—*Neza eldela* (the bucket in the wall). The man and woman join in close embrace after the' introduction. Then he gives a push, and withdraws a little ; the woman follows him with a push and also retires. So they continue their alternate movement, keeping proper time. Placing foot against foot and hand against hand they keep up the motion of a bucket in a wall.

SECOND MOVEMENT—*El netahi* (the mutual shock). After the introduction, they each draw back but without dislodging the member completely. Then they both push tightly together, and thus go on keeping time.

THIRD MOVEMENT—*El motadani* (toe approach). The man moves as usual, and then stops. Then the woman with the members in her receptacle begins to move like the man, and then stops. And they continue this way until the ejaculation comes

FOURTH MOVEMENT—*Khiate elheub* (Love's tailor). The man with his member being only partially inserted in the vulva keeps up a sort of quick friction with the part that is in, and then suddenly plunges his whole member in up to its root. This is the movement of the needle in the hands of the tailor of which the man and woman must take cognisance.

Such a movement only suits those men and women who at will retard the crisis. With those who are otherwise constituted it would act too quickly.

FIFTH MOVEMENT—*Souak el feuidj* (the toothpick in the vulva). The man introduces his member between the walls of the vulva, and then drives it up and down, and right and left. Only a man with a very vigorous member can execute this movement.

SIXTH MOVEMENT—*Tachik el heuh* (the boxing up of love). The man introduces his member entirely into the vagina, so closely that his hairs are completely mixed up with the woman's in that position he must now move forcibly, without, with-drawing his roof in the least."

যৌনকামনাও স্ত্রীর দুর্ব্যবহারে বা অবহেলা, উপেক্ষা, কটূক্তিতে বাধাপ্রাপ্ত হইতে হইতে ঘৃণা, বিদ্বেষে পর্যবসিত হইয়া পুরুষত্বহীনতা আনিতে পারে—প্রেম যেমন প্রত্যাখ্যানে উবিয়া যায় শুধু তাহাই নয়—প্রতিহিংসা ও রোষে রূপান্তরিত হইয়া প্রেমিককে শত্রু-ভাবাপন্ন করিয়া তোলে। স্বামীর ঐরূপ অবস্থা হইলে তাহার মন বিষাক্ত হইয়া উঠে এবং যৌনাঙ্গ চেতনা হারাইয়া প্রতিশোধ লয়!

আমার এক বিশিষ্ট বন্ধুর এই রকম অবস্থা দাঁড়াইয়াছিল তাঁহার ৫৮/৫৯ বৎসর বয়সে। তিনি ইঞ্জিনিয়ার ছিলেন ও বহু উচ্চপদে অধিষ্ঠিত থাকিয়া অবসর গ্রহণ করেন। তাঁহার অকপট বর্ণনা এরূপ: "আমি বাল্যে, কৈশোরে ও যৌবনে পূর্ণ রতিশক্তিসম্পন্ন ছিলুম। এমন কি, ইঞ্জিনিয়ারিং পড়ার কালে এত বার বার হস্তমৈথুন করতুম যে আরও বাড়াবাড়ির ভয়ে হাত দু'খানা গামছা দিয়ে খাটের সঙ্গে বেঁধে শুতুম। শালীনতাবোধে গণিকাভোগ বা অন্য নারীভোগ করিনি। মুরুব্বিরা সকাল সকাল নিকট আত্মীয়ের মধ্যে বিয়ে করিয়ে দেন। স্ত্রী অতি কম বয়সের ছিল। দেখতে ভাল। সুরুচিসম্পন্না বলে কাম-ক্রীড়ায় বিরক্তি দেখাত। কেন যেন রতিক্রিয়ায় কোনও দিন আনন্দ পেয়েছে বলে বলেনি, হাবভাবেও দেখায়নি (বোধ হয়, বন্ধুই এক তরফা মাতামাতির জন্য দায়ী ছিলেন। —গ্রন্থকার)।"

"আমাদের যৌনজীবন নিতান্ত এক-তরফা হয়ে পড়েছিল। মনে হত যেন আমারই গরজ—তার শুধু অনিচ্ছা সত্ত্বে সঙ্গ দেয়া! ছেলেমেয়ে হয়েছে। ও ত সাধারণ ব্যাপার।"

"আমার চাহিদার প্রতি অবহেলা, চাইলেও অনেক সময়ে অস্বীকার, এমন কি, পূর্ণ-যৌবনা স্ত্রী পাশে অথচ ও-ই আমাকে গোছলখানায় গিয়ে হস্তমৈথুন করে এসো গিয়ে বলে ওর প্রত্যাখ্যান, পরিশেষে আমার অনুরোধ উপরোধ উপেক্ষা করে অন্য কাজে ব্যস্ত অজুহাতে তার বহুদিন দূরে অবস্থিতি আমার মনে ঘৃণা, বিদ্বেষ ও অসন্তোষের আগুন জ্বালাতে লাগল।"

"এর বহুদিন পর একত্র হই। মিলনে আমার ইচ্ছে—ওর অসম্মতি—পাছড়া-পাছড়িতে সফল ত হলুমই না বরং মনে হল অঙ্গ ভেঙ্গে পড়ল। ঐ যে পড়ল, পড়লই। আর ওটা কোনও অবস্থাতেই সাড়া দেয়নি। রক্ষে, বার্ধক্যে এসে আমার এ দশা হল। এর পর থেকে নিজেকে সংবরণ করতে হল। ইচ্ছে হলেও করার কিছু ছিল না। বোধ হয়, আমার স্ত্রীও রেহাই পেল!"

"বলতে ভুলে গেছি, তার ব্যবহার সব সময়েই উগ্র ছিল। আমার মনস্তুষ্টির চেয়েও তার নিজের সদম্ভ আচরণ, আমার ইচ্ছে-অনিচ্ছের প্রতি ঔদাসীন্য—সংসারে কর্তৃত্ব ফলানোর অদম্য প্রচেষ্টা এসব আমার দারুণ মনঃপীড়ার কারণ হত ও সব সময়েই থাকত।"

(৪) প্রত্যক্ষ স্পর্শজনিত না হইলেও আভ্যন্তরীণ প্রচাপে লিঙ্গোত্থান হয় নিদ্রাযোগে। মূত্রভাণ্ডার প্রস্রাবে পূর্ণ হইতে থাকিলে শুক্রকোষের উপর উহার প্রচাপ

পড়িতে থাকে আর ঐ জন্যই নিদ্রাঘোরে বা শেষে (সাধারণত শেষরাত্রে) আপনা হইতেই লিঙ্গোত্থান ঘটে।

এই অবস্থা সারা কৈশোর, যৌবন ও এমন কি বার্ধক্য জুড়িয়া থাকে।

অপরিমিত হস্তমৈথুন বা অত্যধিক যৌন-অত্যাচারে বা ৫০/৬০ বৎসরের পরে অঙ্গের উত্থান ক্ষমতা কতকটা নষ্ট হইতে পারে। বহুদিন পর্যন্ত অঙ্গের একেবারে ব্যবহার না করিলেও তেমনিই উহার কর্মক্ষমতা কমিয়া যাইতে বা বিনষ্ট হইতে পারে। বস্তুত সংযত যৌন-অভ্যাসই যৌনস্বাস্থ্যের পরিপোষক।

ইচ্ছামত বা উত্তেজনা সত্ত্বেও লিঙ্গোত্থান না হইলেও সাধারণত নিদ্রাঘোরে যে লিঙ্গোত্থান ঘটে উহারই সুযোগ লইয়া স্ত্রী-সম্ভোগ করা ভাল।*

সঙ্গম-সখা যন্ত্র (Coitus Training Apparatus)

ডাঃ জে. লেওয়েনস্টিন (J. Lowenstein M. D.) এই যন্ত্রের আবিষ্কর্তা। ইহাকে সংক্ষেপে সি. টি. এ. (C. T. A.) বলে। ইহা অসম্পূর্ণভাবে উত্থিত পুরুষাঙ্গকে প্রবেশে সাহায্য করে। ইহা ব্যবহারে ধ্বজভঙ্গ আরোগ্য হয় না। কিন্তু উহা ঐ ভাবে সঙ্গমে সাহায্য করে বলিয়া স্বামীর ব্যর্থতার ভয়কে দূর করিয়া উহার আত্মবিশ্বাস, আত্মনির্ভরতা ও আত্মসম্মান জ্ঞান বিশেষ বৃদ্ধি করে, যেমন চিকিৎসক কর্তৃক রোগীকে আশা ভরসা ও সাহস প্রদান প্রদত্ত ঔষধাবলীকে বিশেষভাবে সাহায্য করে।

সমমৈথুন বা অন্য কোন যৌনবিকল্পে গাঢ়ভাবে নিবিষ্ট পুরুষ সাধারণত নারীর সাহচর্যে সংকোচ ও বিরক্তি সুতরাং অক্ষমতা বোধ করিতে পারে।

(ঘ) **চরমানন্দ-লাভ** সম্পর্কে অধিক ক্ষেত্রেই অনুশোচনার কারণ—শীঘ্র শীঘ্র রেতস্খলন হইয়া যাওয়া। "স্ত্রীকে তৃপ্তি দিতে পারলাম না" এইরূপ অণুশোচনা হইতে "আর প্যারিব না" এইরূপ ধারণা হইতে পারে। স্ত্রীর বিদ্রূপ, বিরক্তি লক্ষ্য করিয়াও পুরুষ অপারগ হইতে পারে। এই সম্পর্কে পূর্বে "রতিকালের স্থায়িত্ব" শীর্ষক আলোচনা দেখুন।

বিলম্বিত শুক্রস্খলন (Retarded Ejaculation)

অপর এক গোলমাল হয়—শুক্রস্খলন হওয়ায় বিলম্ব ও কষ্ট অর্থাৎ (Retarded Ejaculation)-এ ; ইহা খুব কম ক্ষেত্রেই হইয়া থাকে।

এই অবস্থায় পুরুষ অংগসঞ্চালন করিতে থাকিলেও এবং স্ত্রীর চরমানন্দ লাভ হইলেও পুরুষের শুক্রস্খলন হইতে চাহে না। কোনও ক্ষেত্রে একেবারেই হয় না। বেশীর ভাগ ক্ষেত্রেই অনেক কষ্টের পর হয়। ইহা অস্বাস্থ্যকর।

---

* লিঙ্গোত্থান ঘটাইবার ও সঙ্গমক্ষম করিবার নানা হরমোনঘটিত ঔষধের পরিচয়পত্র ও ব্যবহার-বিধির জন্য যোগাযোগ করুন : ফ্যামিলী ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস, জে. ৩১ নং তোপখানা রোড, ঢাকা-২।

ইহার কারণ ঃ

(১) ভয়, উৎকণ্ঠা বা ক্রিয়ার প্রতি মনের বিরূপভাব। ইহা হইলে যৌনযন্ত্রসমূহ স্বাভাবিকভাবে উদ্দীপিত হয় না। নূতন স্ত্রীলোকে উপগত হইলে কখনও কখনও এমন হইয়া থাকে।

উক্ত কারণসমূহে নারী আদর, যত্ন, সোহাগ প্রভৃতি করিয়া পুরুষকে প্রলুব্ধ ও উত্তেজিত করিবে। মিলনের পূর্বে শৃঙ্গারাদি পুরামাত্রায় করা উচিত। পরস্পরের কাম-কেন্দ্রগুলির চুম্বন প্রভৃতি এই অবস্থার প্রতিষেধক। আঙ্গিক মিলনের পর পুরুষ সজোরে সঞ্চালন করিবে এবং ক্রিয়ায় মনোনিবেশ করিবে। একবারে যতক্ষণে শুক্রস্খলন হইল তাহা মনে রাখিয়া পরবর্তী চেষ্টায় ইচ্ছাশক্তি প্রয়োগে শুক্রস্খলনের সময় আরও আগাইয়া আনিবে।

(২) অতিমাত্রায় ক্লান্ত অবস্থা।

ক্লান্তির দরুন ঐরূপ হইলে বিশ্রাম, পুষ্টিকর খাদ্য, মুক্ত বাতাসে ভ্রমণ প্রভৃতি উপকারী।

(৩) শিশ্নাগ্রাবরক চর্ম পশ্চাতে না সরা (phimosis)। এই অবস্থা থাকিলে সঙ্গমকালেও লিঙ্গমুণ্ড চর্ম দ্বারা সম্পূর্ণ আবৃত থাকে, যাহার ফলে অনুভূতি কম হাওয়ায় কোনও ক্ষেত্রে শুক্রস্খলন অত্যন্ত বিলম্বিত হইতে পারে।

এইরূপ হইলে শস্ত্রোপচার করাইয়া লইতে হয়।

মোটকথা, সঠিক কারণ নির্ধারণ করাই প্রথম কর্তব্য। তারপর উপযুক্ত প্রতিকারের ব্যবস্থা করিলে খুবই সুফল পাওয়া যায়।

* * * *

এইসকল অবস্থায়ই উপযুক্ত হিপ্নোটিক চিকিৎসায় ফল পাওয়া যায়। রোগীকে ঘুম পাড়াইয়া বারবার এইরূপ আদেশ দিতে হয় যে, তাহার অপারগতা সাময়িক ও মানসিক, শীঘ্রই সে মনোবলে ঐ অপারগতা দূর করিতে পারিবে এবং জাগ্রত অবস্থায় তাহার ক্ষমতার পূর্ণ অবস্থা ফিরিবে।*

---

* Dr. Reuben describes :

"There is convincing evidence that the source of male potency is the brain. Without going into the complicated theories involved, some psychiatrists have excellent results in curing men of impotence. Simple by talking, that is, helping them understand the emotional conflict underlying their sexual handicap, normal potency is restored. If the defect were physical, all the words in the world wouldn't have the slightest effect on a crumpled penis. Further proof comes from reseaich using hypnosis In response to suggestions implanted during a hypnotic session, erection and ejaculation can be restored and precisely controlled. These events can even

নারীর যৌনজড়তা বা ঔদাসীন্য (Frigidity)

পুরুষের 'ধ্বজভঙ্গ'-র ন্যায় নারীর যৌনজড়তা (Frigidity)* মানবের আনন্দের ভীষণ পরিপন্থী। বিহারে নারীর অংশ অপেক্ষাকৃত অকর্মক বলিয়া অসাবধান পুরুষের চক্ষে সাধারণত নারীর এই যৌনজড়তা ধরা পড়ে না এবং পড়ে না বলিয়াই অনেক ক্ষেত্রে নারী কেবল পুরুষের ইচ্ছা পূরণের জন্য কর্তব্যসাধন হিসাবে নিষ্প্রাণ যন্ত্রের ন্যায়

---

be placed under the conscious control of the patient. A man who has experienced it tells what it's like "

"Looking back on it, it all seems so easy. I suffered the agonies of hell for about seven years until I found a psychiatrist who was able to help to get me back in the groove. After a few visits he hypnotized me and told me that whenever I wanted to have intercourse with my wife all I had to do was wait until we got into bed and fluff up my pillow We agreed on that as the trigger for the hypnotic suggestion it seemed a good idea. I wasn't really convinced but that first night my wife was turning out the light, kind of disappointed as usual. I said, 'I'll just fluff up this pillow a little before we go to sleep.' As soon as I did, I got the hardest erection you can imagine—it almost scared me. I didn't know my penis could get that big—it was throbbing. My wife couldn't believe it but we didn't waste any time. That was one of the best nights in my life ! I didn't get too much sleep though ; I spent most of the time fluffing up the pillows and, well, you know how it is."

"Men with premature ejaculation who have been treated in this fashion can delay orgasm as long as they wish. When ejaculation is desired they merely give the post-hypnotic signal (such as blinking three times) and orgasm starts immediately. Obviously the signal must be chosen wisely to prevent a chance gesture from bringing on orgasm. A vigorous sexual climax while riding the bus to work can be embarrassing. When the man's confidence is restored, hypnosis can be discontinued. Generally, hypnotic therapy is not a specific treatment—it only buys time and holds the marriage together while more basic problems are being solved. The most important contribution of hypnosis to impotence is that it proves once add for all that the overwhelming majority of potency problems are emotional."

* Frigidity, sometimes called hyposexuality or sexual anaesthesia, refers broadly to disturbances in female sexuality ranging from lack of orgasm and dissatisfaction during coitus, to a relative absence of desire for heterosexual relations.

পড়িয়া থাকে। ইহাতে সঙ্গম অনেক ক্ষেত্রে নারীর পক্ষে তিক্ত জবরদস্তিমূলক অত্যাচার বিশেষ বোধ হয়। এই অবস্থা যে দাম্পত্য সুখের অনুকূল নহে তাহা সহজেই অনুমেয়।

নারীর এই জড়তা ও ঔদাসীন্য সম্বন্ধে আধুনিক রাশিয়ার বিভিন্ন বিশ্ববিদ্যালয়ে বিশেষ গবেষণা হইয়াছিল। ১৯২৩ খ্রীস্টাব্দে মস্কো বিশ্ববিদ্যালয়ের গবেষণায় নারীর যৌনজড়তা সম্বন্ধে অনেক মূল্যবান তথ্যের সূত্র আবিষ্কার হইয়াছে। ভিয়েনার প্রসিদ্ধ যৌনবিজ্ঞানী ডাঃ স্টেকেল (Stekel) নারী জাতির যৌনজড়তার একজন বিশেষজ্ঞ চিকিৎসক। তিনিও নারীর যৌনজড়তার বহু কারণ আবিষ্কার করিয়াছেন।

তাঁহাদের গবেষণার ফল এই যে, শতকরা ৬০ জন নারীই মিলনে জড়তাবিপন্ন।

কিন্তু আমাদের মনে হয়, ইহা অতিশয়োক্তি এবং উক্ত গবেষণার মূলে ত্রুটি রহিয়াছে। ডাঃ নরম্যান হেয়ার সম্পাদিত 'এনসাইক্লোপিডিয়া অব সেক্সুয়াল নলেজ' নামক গ্রন্থে এই বিষয়ে একটি সুন্দর উক্তি করা হইয়াছে। এই পুস্তকে বলা হইয়াছে যে, সভ্যতা নারীর স্বাভাবিক লজ্জা ও শালীনতাহেতু এই বিষয়ে নারীর নিজস্ব উক্তিকে নির্ভরযোগ্য তথ্যরূপে গ্রহণ করা নিরাপদ নহে; কারণ, অনেক নারীই এই বিষয়ে তাঁহাদের আগ্রহ ও আনন্দাতিশয্য দমন ও গোপন করিয়া থাকেন এবং কৃত্রিম যৌনজড়তাকে তাঁহাদের সতীত্বের বা উন্নত রুচির নিদর্শন মনে করিয়া থাকেন।

রতিজড়তা সম্পর্কে বিভিন্ন ধারণাবশত বহু যৌনবিজ্ঞানবিদ্ উহার পরিমাণ ও সংখ্যানুপাত বিভিন্ন বলিয়া উল্লেখ করিয়াছেন। বার্গলার-ই (Bergler-E) তাঁহার "The Problem of Frigidity'-তে প্রায় ৭০% হইতে ৮০% বিবাহিতা নারীর রতিজড়, রবার্ট পি. নাইট (Knight), ক্রোগার (Kroger) এবং ফ্রিড (Freed) তাঁহাদের প্রবন্ধে প্রায় ৭৫% ঐরূপ, জোয়ান মালেসন তাঁহার পুস্তক Any Wife or Any Husband-এ ৩০% হইতে ৪০% ঐরূপ এবং মেরী রবিনসন তাঁহার "The Power of Sexual Surrender"-এ ৪০% ঐরূপ বলিয়া উল্লেখ করিয়াছেন। ব্যাসেট ম্যারিয়ন (Bassett Marion) তাঁহার "A New Sex Ethics and Marriage Structure" (1961)-এ বলেন যে আমেরিকায় প্রায় ৬০ লক্ষ অর্থাৎ প্রতি চারজনে একজন বিবাহিতা নারী রতিজড়। তাঁহারা মিলনে তৃপ্তি পান না অথবা মিলন চাহেন কিন্তু তৃপ্তি পান না।

পক্ষান্তরে স্টেকেল মনে করেন যে, সুস্থা নারীদের মধ্যে রতিজড়ের সংখ্যা অতি কম এবং কিন্‌জেদের অনুসন্ধানে উপরোক্ত পরিসংখ্যান অতিরঞ্জিত।

ঐ সমস্ত প্রদত্ত সংখ্যায় আতিশয্য থাকিতে পারে, কিন্তু বহু নারী যে বস্তুতই কামশীতল সে বিষয়ে সন্দেহ নাই। রতিজড় নারীগণকে তিনি মোটামুটি নিম্নলিখিত তিন ভাগে বিভক্ত করিয়াছেন:

(১) সম্পূর্ণ রতিজড়—এই শ্রেণীর নারীর রতিবাসনাও নাই এবং মিলনে তাহারা আনন্দও পায় না।

(২) আংশিক রতিজড়—এই শ্রেণীর নারীর রতিবাসনা তীব্র নহে কিন্তু শৃঙ্গারাদি দ্বারা প্রবৃত্ত করাইতে পারিলে আনন্দলাভ করে।

(৩) বাসনাযুক্ত রতিজড়—এই শ্রেণীর নারীর বাসনা খুব তীব্র কিন্তু মিলনে বিন্দুমাত্র আনন্দলাভ করে না।

ডাঃ স্টেকেল এইভাবে রতিজড় নারীদের তিনভাগে ভাগ করিয়া থাকিলেও এই শ্রেণীবিভাগকে সূক্ষ্ম বিভাগ বলা যাইতে পারে না। কারণ, এই সমস্ত শ্রেণীর মধ্যে সুস্পষ্ট সীমারেখা টানা সম্ভব নহে।

বিশেষত যৌনবোধের সম্যক অভাব কোন নারীতেই সম্ভব হইবার নহে। অবস্থা, শিক্ষা ও দৈহিক গঠনভেদ হেতু নারীর বাসনার তারতম্য হইতে পারে মাত্র। কিন্তু নারীর যৌনজড়তার জন্য **প্রধানত পুরুষই** যে দায়ী, এই কথা অস্বীকার করিবার উপায় নাই। বহু পুরুষই কলাপূর্ণ শৃঙ্গারাদি দ্বারা নারীর উত্তেজনা সৃষ্টি করিতে এবং পুলকাবেগ লাভে সাহায্য করিতে জানে না। আমরা পূর্বেই বলিয়াছি নারীর যৌনপূর্ণ বাসনা পুরুষ অপেক্ষা **ধীরে ধীরে জাগ্রত ও উদ্দীপ্ত হয়।** সুতরাং কলাশৃঙ্গারাদি দ্বারা তাহার কামোত্তেজনাকে কেন্দ্রীভূত করা পুরুষের কর্তব্য। এই ত্রুটির জন্য প্রধানত পুরুষই দায়ী বলিয়া বহু যৌনবিজ্ঞানী, বিশেষত মেরী স্টোপস ও ডাঃ নরম্যান হেয়ার দৃঢ় অভিমত প্রকাশ করিয়াছেন।

সম্পূর্ণ স্বাভাবিক বাসনাযুক্ত নারীও নানা মানসিক কারণে সাময়িকভাবে রতিজড় হইয়া পড়িতে পারে। ডাঃ কেলার (H. D. Keller, M. D) বলেন যে, আদি অসভ্য জাতির নারীরা রতিজড়তা কাহাকে বলে জানিতই না। উহা আমাদের সভ্যতা-প্রসূত **মনোভাবসঞ্জাত।**

রতিজড়তার কারণ অনুসন্ধান করিয়া প্রতিকার করিলেই উহা দূর হইয়া যায়।

১। প্রতিকারের পূর্বে দেখিতে হইবে, জননেন্দ্রিয়ের কু-গঠন, অপরিণত অবস্থা (Infantilism) বা কোনও ব্যাধি আছে কি না। থাকিলে উপযুক্ত চিকিৎসকের শরণাপন্ন হইতে হইবে।

২। উপরোক্ত দৃশ্যমান কোন বৈকল্য না থাকিলে, নারীর অন্তঃস্রাব গ্রন্থিসমূহের কোনও **বৈকল্য** আছে কি না দেখিতে হইবে। ঋতুস্রাবের গোলযোগ, উহাতে বেদনা, গর্ভপাত ইত্যাদি উপসর্গ থাকিলে মনে করা যাইতে পারে, উহার গ্রন্থির গোলযোগ রহিয়াছে। বিশেষজ্ঞরা হরমোন ইনজেকশন করিয়া ইহার প্রতিকার করিতে পারেন।

উপরোক্ত প্রকারের কোনও দোষত্রুটি ধরা না পড়িলে মনে করিতে হইবে যে, দাম্পত্য ব্যবহারজনিত দোষত্রুটির ফলে মানসিক রতিজড়তার উদ্ভব হইয়াছে।

৩। বিবাহের পূর্বকার কুশিক্ষা ও কুসংস্কার অর্থাৎ যৌন-ব্যাপার মাত্রই ঘৃণ্য এইরূপ ধারণা নারীকে অনেক ক্ষেত্রে পুরুষের অথবা মিলনের প্রতি বিরক্ত ও বিরূপ করিতে পারে।

৪। পিতামাতার দাম্পত্যজীবন অসুখকর থাকিলে তাহাদের কলহ, বিবাদ, অপ্রীতি বালিকাকে পুরুষ বিদ্বেষী করিয়া তুলিয়া থাকে। অনেক সময়ে মাতা ক্রুদ্ধা বা বিদ্বেষ-পূর্ণা হইয়া কন্যাকে পুরুষের প্রতি ঘৃণা পোষণ করিতে প্ররোচনা দেয়। এইরূপ সংসার বালিকাদের পক্ষে অমঙ্গলকর।

এইরূপ ক্ষেত্রে সহানুভূতিসম্পন্ন সদ্বিবেচক স্বামী স্নিগ্ধ ব্যবহার দ্বারা বালিকার হৃদয় জয় করিয়া ধীরে ধীরে আদর, যত্ন ও উপদেশ দ্বারা তাহাকে ঐরূপ প্রভাব হইতে মুক্ত করিতে পারেন।

প্রেম-সাপেক্ষ পরিণয়ই এইরূপ নারীর পক্ষে প্রধান প্রতিষেধক। তবে স্বামীকে আমাদের পূর্ববর্ণিত কলাপূর্ণ মিলনের অভ্যাস আয়ত্ত করিতে হইবে।

৫। সম্পূর্ণ স্বাভাবিক দেহ ও মন লইয়া বিবাহবন্ধনে আবদ্ধ হইয়াও অনেক নারী স্বামীর অসাবধানতা,, স্বার্থপরতা, দুর্ব্যবহার প্রভৃতি দেখিয়া ক্ষুব্ধ হইয়া পড়ে। যথা—

(ক প্রথম প্রথম মিলনে স্বামীর অসাবধানতাহেতু দারুণ লজ্জা এবং অঙ্গে আঘাত বা বেদনা পাওয়ার দরুন মানসিক ক্ষোভ হইতে রতিজড়তা উদ্ভূত হওয়ার দৃষ্টান্ত অসংখ্য।

প্রতিষেধক—একটু পূর্বেই আলোচিত "প্রথম প্রথম মিলনে সাবধানতা" অবলম্বন করা।

(খ) **স্বামীর অসাবধান মন্তব্য** অনেক সময়ে স্ত্রীর মানসিক পীড়ার কারণ হয়। স্ত্রীর শরীরে গন্ধ, অঙ্গ অপরিষ্কার, পা বাঁকা প্রভৃতি ধরনের কোনও মন্তব্য করিলে উহা স্ত্রীকে মর্মাহত করিয়া দাম্পত্য-বিহারকে তাহার চোখে ঘৃণ্য ও পরিত্যাজ্য করিয়া তুলিতে পারে।

(গ) স্বামীর অক্ষমতা, অজ্ঞতা বা অবহেলার দরুন স্ত্রীর চরমপুলকলাভ না হওয়া। বেশীদিন ধরিয়া পুঞ্জীভূত অতৃপ্তি নারীর শারীরিক ও মানসিক পীড়ার কারণ হইয়া রতিজড়তায় পর্যবসিত হইতে পারে।

আমরা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে 'যৌনবোধ বিকাশের ধারা' শীর্ষক আলোচনায় শ্রীঅনন্তকুমার সুর-এর বিবৃতি উদ্ধৃত করিয়াছি। তাঁহার প্রথম নারী সংসর্গ হয় রাণী বলিয়া একটি মেয়ের সহিত। তাহাকেই তিনি বিবাহ করেন। কিন্তু কামাতুরা মেয়েটির আচরণ পরে তাঁহার দারুণ ক্ষোভের কারণ হয়। তাঁহার যৌনদৌর্বল্য ও মেয়েটির দারুণ কামাবেগই অসামঞ্জস্য ঘটায়।

তাঁহার বিবৃতির শেষাংশ এরূপঃ (তাহার রোগ ভয়ের দরুন)

"Bose Clinic—V. D. Clinic-এ গিয়ে Dr. S. Bose-কে সব বলি এবং তিনি আমাকে Examine করে বলেন যে, V. D.-র trace পাচ্ছেন। আমি অত্যন্ত আশ্চর্য হই। কারণ এই রাণীই প্রথম যার সাথে আমি সঙ্গম করেছি। তিনি কথা বলেন

অল্প। যাহোক সবকিছুর treatment শুরু করেন—Electro therapy psycho-analysis—তাঁহার বাবা Dr. Sudhir Bose একজন Psycho-analyist."

"মাস তিনেক চিকিৎসার পর আমার মনে হয় যে আমি একটু বেশী সময় বীর্য ধারণ করিতে পারি। চিকিৎসা সম্পূর্ণ হওয়ার আগেই অর্থাৎ ১৯৫৫-এর জানুয়ারিতে আমি ঐ মেয়ে অর্থাৎ রাণীকে বিয়ে করি। এবং এরপর আর Bose clinic-এ যাই না। বিয়ের মাসেই ওর গর্ভসঞ্চার হয় এবং আমার মনে হয় যে ও আর আমি দুজনেই তৃপ্তি পেতাম।"

"বিয়ের আগে বুঝতে পারতাম যে রাণী অন্য ছেলেদের প্রতি আকৃষ্ট হয় এবং মনে হয়েছিল যে বিয়ের পর এটা সেরে যাবে। কিন্তু পরে বুঝতে পারি এটা ওর সারবার নয়। ১৯৫৫-এর ৬ অক্টোবর আমার মেয়ে হয়।"

"১৯৫৬-এর মে মাসে আমি Rly-তে Booking Clerk-এর কাজ করা-কালীন ওকে Chittaranjan-এ Rly. Quarter-এ নিয়ে আসি। এখানে ছয় মাস বাদে পাড়ায় একটা গুজব ওঠে যে পাশের বাড়ীর এক ভদ্রমহিলা আমার duty থাকা-কালীন ওকে আমার এক বন্ধুকে চুমু খেতে দেখেছে। প্রথমে অবিশ্বাস হয় কিন্তু পরে ঐ বন্ধুর কাছে ওর একখানা লিখিত চিঠিতে এর সত্যতা জানতে পারি। মনে আঘাত লাগে।"

"আবার ১৯৬১-এর একটি ঘটনায় জানতে পারি যে আমার আর এক বন্ধুর সাথে আমার অবর্তমানে গত ২ বছর ধরে regular sexual intercourse চালাচ্ছে। খুব ঘৃণা হয় তবুও ভালবাসা আর ওর প্রতি দুর্বলতার জন্য ওকে তাড়াতে পারি না। ১৯৬২ থেকে ১৯৬৪-র জানুয়ারি পর্যন্ত আমি না জানলেও বুঝতে পারি যে সে ও কর্ম চালাচ্ছে।"

"১৯৬৪-এর সেপ্টেম্বর মাসে আমি নিজে হাতেনাতে একটা অল্প বয়সী ছেলের সাথে দুপুরে তার ঘরে intercourse অবস্থায় ধরি। পাড়ার সবাই জানে। দাদা এসে ওকে আর মেয়ে (৯ বছর) কল্যাণীকে নিয়ে যায়।"

"ওর নামে Divorce Case File করা সত্ত্বেও ও আবার মেয়েকে নিয়ে ওর এক দাদার সাথে গত ২৮.১১ ৬৪-এ আমার বাসায় এসে ওঠে। ওর ওপর মন আমার খুব দুর্বল—হাজার চেষ্টা করেও তাড়াতে পারবো না।"

"ওর complain হলো যে আমার discharge খুব তাড়াতাড়ি হয়ে যায় এবং ও আরাম পায় না—বরাবর। অর্থাৎ সঞ্চালন করা আরম্ভ করলে আমার ১ মিনিটের ভেতর discharge হয়ে যায়।"

(এবার আসল কারণ প্রকাশ পাইল। মেয়ে কামাতুরা অথচ স্বামী সামান্য তৃপ্তি দানেও অক্ষম। এই রকম হইলে মেয়েটিকে আর দোষই দেওয়া যায় কি করিয়া। অসংখ্য ক্ষেত্রে পুরুষের সকাল সকাল রেতঃপাত নারীর অসন্তোষের মূল কারণ। তবে বহু নারী

চরমপুলকলাভের স্তরের কথা না জানিয়া বা শালীনতাবোধে কোনও মতে ধৈর্য ধরিয়া থাকে মাত্র ! তবুও তাহাদের মানসিক ও শারীরিক অশান্তি হইবার কথা ।)

"প্রমাণ পেয়েছি যে ওর নিজের দাদা ওর অত্যন্ত ছোটবেলা থেকে (৮ ১০) ওর সাথে intercourse করতো । আমার অনেক দিন ওর সাথে করার আগেই discharge হয়ে গেছে । আমার লিঙ্গ সাধারণ দৈর্ঘ্যে ১½-২', উত্থিত অবস্থায় ৪½-৫", বেশীক্ষণ থাকে না । বাম পাশের অণ্ডকোষ কিঞ্চিৎ বড় । ও নিজে থেকে কোনদিন আমার কাছে আসে না ! ওর গায়ে অল্পক্ষণ হাত দিলে ওর অঙ্গ অত্যন্ত পিচ্ছিল হয়, স্তন অত্যন্ত ছোট, শরীর ক্ষীণ । Leucorrhea আছে । উত্তেজিত অবস্থায় ও যদি করিতে না চায় আর আমার discharge না হয় তবে বাম পাশের অণ্ডকোষে অত্যন্ত ব্যথা হয়—শুতে পারি না ।"

"নিজেকে এখন একেবারে অপারগ মনে হয় । আর কোন point জানবার থাকলে জানলে জানাবো । বীর্য বেশীক্ষণ ধারণ করার উপায় কি ? না কোন উপায় নেই ?"

(উপায় আছে বলিয়াই এই বইয়ে অত দীর্ঘ আলোচনা করিতে হইয়াছে । সকলেরই মঙ্গল হউক—এই আশায় ।)

প্রতিষেধক—কলাপূর্ণ মিলনে স্ত্রীর সন্তোষ-সম্পাদন । ইহাই দম্পতির রতি-জীবনের প্রধান সমস্যা । ইহারই প্রতিবিধান মানসে আমাদিগকে সুদীর্ঘ আলোচনার অবতারণা করিতে হইয়াছে ।

(ঘ) যাহারা গর্ভ নিয়ন্ত্রণের ব্যবস্থা অবলম্বন না করিয়াই বিহার করিয়া থাকে, তাহাদের মধ্যে গর্ভসঞ্চারের ভয় মিলনে আনন্দানুভূতির বিষম প্রতিবন্ধকতা সৃষ্টি করে । স্ত্রী প্রতিবারেই উৎকণ্ঠা ও উদ্বেগ বোধ করে বলিয়া তাহার তৃপ্তিলাভ ত হয়ই না । উপরন্তু বারে বারে বিতৃষ্ণা হইতে রতিজড়তা আসিয়া পড়ে ।

জন্মনিয়ন্ত্রণের উপযুক্ত ব্যবস্থা করাই এই অবস্থার একমাত্র **প্রতিষেধক** ।

বস্তুত দৈহিক কারণে রতিজড় নারী এত কম যে, আমরা প্রতি ক্ষেত্রেই পূর্বে আলোচিত (৩), (৪) এবং (৫) পর্যায়ের প্রতিকারের ব্যবস্থা সর্বাগ্রে করিবার পরামর্শ দিই । (১) এবং (২) পর্যায়ের চিন্তা করিতে হইবে পরে ।*

যোনি-প্রদেশের আক্ষেপ (Vaginismus)

নারীর চরম দুর্দশা ঘটে উপরোক্ত অবস্থা দেখা দিলে । এই অবস্থায় স্বামী সহবাসের উপক্রম করিলেই যোনিপ্রদেশের ও যোনির পেশীসমূহ এতদূর সংকুচিত

---

* রতিজড় মেয়েরা বা তাদের স্বামীরা পত্রে অবস্থা ও তার পূর্ব ইতিহাস অকপটে লিখিলে তাঁহারা যথাযোগ্য ব্যবস্থার পরামর্শ দিয়া থাকেন :

ফ্যামেলী ওয়েল ফেয়ার সার্ভিসেস, জে,

৩১, তোপখানা রোড, ঢাকা-২ ।

তাহাদের মেথাইল টেষ্টোষ্টেরন গঠিত হরমো-ট্যাব্‌স পুরুষ ও নারীর যৌনবোধ বাড়ায় । বহু পরীক্ষিত ও আশ্চর্য ফলপ্রদ ।

হইয়া পড়ে যে মিলন অসাধ্য হয়। যোনিদ্বারের বা পথের অত্যধিক ক্ষুদ্রতা, সতীচ্ছদ পুরু হওয়া বা উহার অতিশয় স্পর্শকাতর হওয়া। যোনিপথের প্রদাহ ইত্যাদি শারীরিক এবং নারীর সহবাসে অত্যধিক ভয় ও উৎকণ্ঠা ইত্যাদি মানসিক কারণ থাকিলে সে মিলনে বাধা দেয় এবং না মানিলে তাহার যোনিপথ সঙ্কুচিত হইয়া প্রতিবাদ জানায়।

পুরুষের বিবাহ-পূর্ব ধর্ষণে বা স্বামীর প্রথম প্রথম যৌন দুর্ব্যবহার বা বল-প্রয়োগে ভীতা অনভিজ্ঞা কিশোরী বা যুবতীর বিক্ষোভ এই অবস্থার সূচনা করে।

গ্রামদেশে গুজব বা অতিরঞ্জিত কাহিনী শুনা যায় এই বলিয়া যে অমুক পুরুষ ও তাহার কামপাত্রী গোপন ব্যভিচারে লিপ্ত হওয়ার পর সংযুক্ত অবস্থায়ই ধরা পড়িয়াছে অথবা অমুক স্বামী-স্ত্রী সহবাস করিয়াও বিযুক্ত হইতে পারে নাই।

আরবী, ফারসী গ্রন্থে আকদ্ ও মাকুদ (যৌনকর্ম কালে আটকাইয়া যাওয়া ও ঐ ভাবে সংযুক্ত নরনারীর সম্পর্কে আলোচনা দেখা যায়। যাদু, মন্ত্র বা জিনপরির নজর বলিয়া কারণ নির্দেশ করা হয়। বহু মন্ত্র-তন্ত্র, তাবিজ কবচ ও কৌশল-হিকমতে তাহাদের খালাস করার কথা থাকে। প্রায়ই অবৈজ্ঞানিক আলোচনা ও আন্দাজী চিকিৎসার কথার পিছনে ঐরূপ অবস্থা যে কদাচিৎ হইলেও কখনও কখনও হইয়া থাকে তাহা বুঝা যায়।

বোধ হয়, কুকুর কুকুরীর মৈথুন ও ক্রিয়াশেষে বালক-বালিকার মনে ঐরূপ তাহাদের ক্ষেত্রেও হইতে পারে বলিয়া আশঙ্কা জাগা ও পুঞ্জীভূত হওয়া, অবৈধ আচরণে ভগবান খোদার আক্রোশে ঐরূপ শাস্তি পাওয়া, স্বামীর বল প্রয়োগে দারুণ ব্যথা পাওয়া ও ভবিষ্যতে আরও বেশী পাইবে বলিয়া ভয় হওয়া ইত্যাদি কারণে নারী প্রতিরোধকল্পে সমস্ত যোনিপ্রদেশ সঙ্কুচিত করিয়া ফেলে।

পুরুষ বা স্বামী বেশী জোর চালাইলে যোনিপথের প্রচাপে খানিকক্ষণের জন্য আটকাইয়া যাওয়া বিচিত্র নয়।

ডাঃ রিটনেরের গোচরে এক করুণ দৃষ্টান্ত আসে জীন (Gene) বলিয়া একটি যুবকের বর্ণনা হইতে ঃ

"আমি কোথায় যেন বইতে পড়েছিলুম ঐ রকমের ব্যাপারের কথা। কিন্তু হেসেই উড়িয়ে দিয়েছিলুম। দুর্ভাগ্যবশত শেষমেষ আমাকেই একবার বিব্রত হতে হল।"

"আমি আমার বান্ধবী অড্রির (Audrey) সঙ্গে একরাত বেরিয়ে পড়লুম, নানা জায়গায় স্ফূর্তিতে ঘুরে ফিরে, খুব করে মদ খেয়ে ওর বাসায় ফিরলুম। ওখানে আরও কয়েকটি মেয়ে থাকত। ওর ঘরে একত্র শুয়ে শৃঙ্গারাদি চলল। বিছানায় একত্র শুয়ে আমি কাপড় ধরে টানতেই সে বাধা দিল এই বলে যে ও কাজে তার বড্ড কষ্ট হয়। আমি মনে করলুম, ওটা ছলনা মাত্র—প্রায় মেয়েই একেবারে কুমারী বলে ভান করে থাকে। আমি বাধা না মানলে সে ওজর আপত্তি করেও রাজী হল। উঃ আমি যদি ওখানেই সাঙ্গ দিয়ে ওর কথা মানতুম!"

"তা না করে কোনও মতে অঙ্গ সংযোগ করলুম। তা-ও খুব কষ্টে। মনে হল ব্যাপারটা ঠিক হচ্ছে না। কিছুক্ষণেই ও চীৎকার করে উঠল। আর সঙ্গে সঙ্গে ওর সমুদয় যোনিপ্রদেশ আমার অঙ্গকে চেপে ধরল। আমি বিযুক্ত হতে চাইলে ওর বন্ধন আরও শক্ত হল। দুজনেই দারুণ কষ্ট পাচ্ছি। ওর কান্নাকাটিতে সারা বাসার বাসিন্দারা মনে করল, জোর-জবরদস্তি চলছে। আমি ওকে চুপ করতে বলতে লাগলুম। লজ্জায় পালাই পালাই করলেও অঙ্গ বিযুক্ত করতে পারলুম না। অবশেষে পুলিশ এসে দরজা ভেঙ্গে আমাদের দুজনকে ও অবস্থায়ই ছটফট করতে দেখল। দেখেই হাসতে লাগল। তারপর তারা দুজনকে কম্বল দিয়ে ঢেকে দিল। উঃ আমরা সাময়িকভাবে লজ্জা পেলুম। কিন্তু আবার ওর দু'বান্ধবী এসে জুটল। লজ্জার আর সীমা রইল না! সৌভাগ্যক্রমে পুলিশেরা সবাইকে তাড়িয়ে ঘর বন্ধ করে চলে গেল। প্রায় দশ মিনিট পর অদ্রি খানিকটা শান্ত হল কোনও মতে আমিও ছাড়া পেলুম। এর পরে আর কখনও ওর সঙ্গে দেখা হয়নি। অপরাপর মেয়েরা এ।েন রাজী হলেও, আমি বলি, বিয়ের পরে ওসব দেখা যাবে।"

এই রকম অবস্থা খুব কম হইলেও উহার প্রতিকার না করিয়া সহবাসের চেষ্টা করা অত্যন্ত গর্হিত। মেয়েদের শারীরিক মানসিক বৈকল্য অনুসন্ধান করিয়া ব্যবস্থা করিতে হয়।

তাহারা বড় গামলায় বা টবে গরম জল রাখিয়া কোমর পর্যন্ত ডুবাইয়া খানিকক্ষণ প্রতিদিন বসিয়া থাকিলে উপকার হয়।

পুরুষের অত্যধিক যৌনস্পৃহা (Satyriasis)

পুরুষের কামশীতলতা বা পুরুষত্বহীনতা এবং নারীর যৌনজড়তা বা যৌনবিতৃষ্ণার বিপরীত অবস্থাও কখনও কখনও দৃষ্টিগোচর হয়।

দাম্পত্যলীলার মর্মকথা

অত্যধিক উপভোগের উৎসাহ প্রকৃতপক্ষে মনের অসুস্থতার লক্ষণ। যাহার মনের গভীরে নিজের শক্তি-সামর্থ্য সম্বন্ধে ভয় আছে তাহাকেই বাহিরের ব্যবহারে অতিরিক্ত সাহসী ও বেপরোয়া সাজিতে হয়। এইরূপ ব্যবহার মনের গোপন ওরকম ভয় হইতে আত্মরক্ষার চেষ্টা ছাড়া কিছুই নয়। মনোবিজ্ঞানের ভাষায় ইহার নাম (defensive action) আত্মরক্ষামূলক ব্যবহার।

যেখানে কাম সুস্থ ও সহজ সেখানে আস্ফালনের উৎসাহ নাই, কিন্তু যেখানে কাম অসুস্থ ও পঙ্গু সেইখানেই বাড়াবাড়ির আবরণ দিয়া দুর্বলতা ঢাকিবার আবশ্যক হয়।

এইরূপ ব্যক্তির নিকট সম্ভোগ যেন উত্তেজক ঔষধ, যেন মাদক দ্রব্য, মাতালের নিকট যেরূপ মদ।

মদ, কোকেন, চণ্ডু, গাঁজা অথবা আফিমের পুরাতন ও নিত্য ভক্তদের নিকট নেশা কেবলমাত্র আনন্দের উপকরণ অথবা প্রবৃত্তির সুস্থ, সহজ ও স্বাভাবিক চরিতার্থতা মাত্র নয়, প্রয়োজনের দুর্বার চাহিদা মিটানো মাত্র।

আমার মনের যে প্রবৃত্তি বা ইচ্ছা (desire) জাগিতেছে প্রধানত তাহার মালিক আমি, কিন্তু প্রয়োজন (need) আমার উপর কর্তৃত্ব করে, আমি তাহার দাস, তাহার রাজকর আমি দিতে বাধ্য। এইজন্য পাকা নেশাখোর মৌতাতের সময় নেশার বস্তু না পাইলে উন্মত্ত হইয়া উঠে, তাহার অভাবে জীবন শূন্য বোধ করে।

যে আকর্ষণের পিছনে সহজ প্রবৃত্তির তাগিদ তাহাকেই সুস্থ ও স্বাভাবিক যৌন-আকর্ষণ বলা যায়। এখানে প্রয়োজনের আকর্ষণ অল্প থাকিলে কাঙালের ভাব ফুটিয়া উঠিবে না। কাঙালের আকাঙ্ক্ষা ও সুস্থ সাধারণ মানবের ক্ষুধার মধ্যে বিশেষ পার্থক্য এই যে, ক্ষুধা মিটিলেও কাঙালের আকাঙ্ক্ষা মিটে না। কারণ তাহার মনের গহনে আছে ভয়—কম পাইবার, যত ভোজ্য বস্তু আছে সে সমস্তই না পাইবার ও নিজের খাইবার ক্ষমতার অল্পতা সম্বন্ধে ভয়—এই ভয় হইতে আত্মরক্ষার জন্যই তাহার ক্রমাগত 'আরও চাই'—ভাব। সেইরূপ, ভোগের তাগিদ যেখানে কাঙালপনার অথবা মাতলামির রূপ লইয়াছে, সেখানে সেই অহরহ ভোগীর মনের পিছনে সহজ প্রকৃতির সুস্থ তাগিদ নাই, আছে প্রয়োজনের তাগিদ।

প্রেম যেখানে সহজ ও সুস্থ প্রেমিকের মনে সেখানে শান্তির সচ্ছলতা। এইজন্য এই সচ্ছলতার নির্ভয়েই তাহার মন আনন্দের পথে অগ্রসর হইতে পারে। কিন্তু যাহার মন উন্মত্তের মত নারী অন্বেষণে ব্যস্ত, তাহার কাছে রমণীই রমণ জীবনের একমাত্র অবলম্বন, যেমন নেশার দাসের নিকট কোনও বস্তু। তাহার মনের শক্তি এত ক্ষীণ যে, সে ক্ষীণ অবলম্বনকে ছাড়িয়া বাঁচিতেই পারে না। তাহার মনের আসল রূপ রুগ্নের, দাসের, কাঙালের দৈন্যের, অভাবের ও করুণ অসহায় ভাবের রূপ কোনও মতে আস্ফালনের মুখোশ পরিয়া নিজের দুর্বলতা, পঙ্গুভাব ও ভয়কে নিজের ও সকলের নিকট হইতে ঢাকিতে চেষ্টা করে।

অত্যধিক যৌনস্পৃহা (satyriasis) যে পুরুষের থাকিতে পারে তাহা আমাদের পূর্বোল্লিখিত আজীবন প্রত্যহ এক বা একাধিকবার মিলনে অভ্যস্ত স্বামীর দৃষ্টান্ত হইতেই বুঝা যাইবে। এইরূপ পুরুষের পক্ষে সকাল সকাল বিবাহ না করিলে উচ্ছৃঙ্খল যৌন-আচরণে রত হওয়ার আশঙ্কা থাকে। আবার বিবাহের পরে তাহারা সাধারণ বাসনা-সম্পন্ন স্ত্রীর জীবনও দুর্বিসহ করিয়া তুলিতে পারে। তবে সুখের বিষয় এই যে, নারীর পক্ষে সহানুভূতিশীলা হইয়া ধৈর্যধারণ করিয়া স্বামীর মনোরঞ্জন করা ততদূর কষ্টসাধ্য নহে।

বহু ক্ষেত্রেই স্বামীর যৌন চাঞ্চল্য, যৌন-দৌর্বল্য বা তাড়াতাড়ি রেতঃপাতের দরুন স্ত্রীর চরমপুলকলাভ হয়ই না এবং প্রায় ক্ষেত্রেই নারী অসন্তুষ্ট থাকিলেও নিজের ভাগ্য-দোষে অমন হইয়াছে ভাবিয়া বা সৌজন্যের খাতিরে সহিয়া যায়। কেউ কেউ সহিতে না পারিয়া সুযোগ পাইলে অপরের কাছে সুখের সন্ধান করিয়া লয়। অথবা অপরের যৌন আবেদনে সহজেই সাড়া দেয়।*

নারীর রতি-উন্মত্ততা (Nymphomania)

২/৪টি ক্ষেত্রে এমনও দেখা যায় যে, নারী দিবারাত্র যৌনসুখের সন্ধানেই থাকে এবং স্বামী ছাড়াও আত্মীয়-স্বজন এমনকি চাকর-বাকর পর্যন্ত ব্যবহার করে। ইহাকে রতি-উন্মত্ততা (Nymphomania) বলা হয়। এই অবস্থাসম্পন্না নারীর সন্তোষ সম্পাদন সাধারণ ক্ষমতাসম্পন্ন পুরুষের পক্ষে বড়ই দুঃসাধ্য হইয়া পড়ে। পুরুষের ন্যায় নারীর ততটা রতিক্লান্তি বা কোনও শুক্রনিঃশেষ হয় না। এইরূপ নারীর বিবাহিত জীবন প্রায়ই সুখের হয় না এবং সে পরপুরুষ বা উপপতি গ্রহণে বাধ্য হইয়া পড়িয়া থাকে।

নারীর ব্যভিচার, যৌন-অপরাধ এবং যৌনবিকল্প অনেক ক্ষেত্রেই এইরূপ অবস্থার ফলস্বরূপ প্রকাশ পায়।

জনৈক পাঠক যে চারিখানি চিঠিতে তাঁহার বিবাহের রাত্রি হইতে প্রথম পুত্রের জন্মের পর পর্যন্ত তাঁহার ও তাঁহার অতি কামুকী স্ত্রীর যৌন জীবনের বিস্তৃত কাহিনী লিখিয়াছেন তাহাদের প্রধান প্রধান অংশসমূহ নীচে উদ্ধৃত করিয়া দিলাম। এইরূপ তীব্রকামা নারীর আরও বিবরণ আমাদের গোচরে আসিয়াছে। এইরূপ স্ত্রীলোক বিরল হইলেও অতি বিরল নহে। এই কাহিনী পাঠে অপর নানা বিষয়ে দম্পতির জীবনে যাহা হইয়া থাকে তাহার চিত্র দেখিতে পাইবেন। সুবিধা এই যে, ঐরূপ ঘটনাবলী যাঁহাদের জীবনে ঘটিয়াছে তাঁহারা আর নিজেদের অসাধারণ বা সৃষ্টিছাড়া মনে করিয়া লজ্জিত বা দুঃখিত হইবেন না। আর যাঁহাদের এইরূপ ঘটে নাই তাঁহারা অপর এক শ্রেণী সম্বন্ধে জ্ঞান লাভ করিবেন এবং কর্তব্য নির্ণয়ের বহু ইঙ্গিত পাইবেন। যথা, মিলনে বাধা-নিষেধ 'অধ্যায়ে গর্ভাবস্থায়' অনুচ্ছেদে যেরূপ সাবধানতা ও আসন অবলম্বন করা উচিত বলা হইয়াছে তাহা অমান্য করিবার কুফল দেখিতে পাইবেন।

"২২.১.৫৪ বিবাহের রাতেই আমরা একত্রিত হই কিন্তু আমি নিজের অপ্রস্তুত অবস্থায় এবং স্ত্রীর মনোভাব পর্যবেক্ষণ করার জন্য যৌনমিলনে বিরত থাকি। তাঁকে

* নারী সম্ভোগ-সুখের মতই কৃত্রিম নারী-অঙ্গ ব্যবহারে যথেচ্ছ ও যথেষ্ট সুখভোগ সম্ভবপর। 'সখী' নামের যন্ত্র পাওয়া যায় নীচের ঠিকানায় ও যন্ত্র অবিবাহিত, বিপত্নীক বা স্ত্রী-সঙ্গ বঞ্চিত পুরুষেরাও ব্যবহার করিতে পারেন।

ফ্যামেলী ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস, জে.
৩১, তোপখানা রোড, ঢাকা-২।

জিজ্ঞাসা করলে তিনি জানান যে, পরবর্তী রাতে মিলন হবে। আমিও আর পীড়াপীড়ি করিনি।…কোনও অঙ্গের গোপনীয়তা ভেদ করার চেষ্টা কখনও করিনি।… একদিন বাদে · গভীর রাতে, দুটো হবে, উভয়ে সম্মতিক্রমে যৌনমিলনে ব্রতী হই। কিছুক্ষণ পূর্ব থেকে সামান্য শৃঙ্গার চলে। প্রথমটায় ব্যথা পায় বলায় আমি একটু বিরত হই এবং ধৈর্যসহকারে একটু একটু সহ্য করতে অনুরোধ করি। ফের সম্মত হওয়ায় আবার দ্বিতীয় চেষ্টা চালাই। অনেকক্ষণ একটানা কাজ চালাই, সাধারণ আসনে ৭/৮ মিনিট। সে ধৈর্যের ভাব বা ভান দেখায়, পরে জানায় অঙ্গ নাকি প্রবেশই করেনি। অনেকক্ষণ সক্রিয়ভাবে (বীর্য) ধারণ করে থাকতে পারায় পরম আত্মপ্রসাদ লাভ করি এবং নিজের উপর হারানো বিশ্বাস ফিরে আসে অসম্ভব রকম। আর একবার চেষ্টা করি সকালের দিকে। এবারে সে ঘোর আপত্তি জানায়, কিন্তু আমার নাছোড় অনুরোধে ও বলপ্রয়োগে রাজী হয়, তবে এবারে ব্যথার ভানটা একটু বেশী করে। আমার মনে হল এ "না" বলাটা বয়স্কাদের নির্দেশ, তাই বলপ্রয়োগ করলাম। এবারেও আমার ক্ষমতায় আমি উৎসাহিত হয়ে উঠলাম। কারণ, মাত্র কিছুদিন আগে পরীক্ষামূলক কাজে আমি এক মিনিটও পারিনি।…"

"এরপর থেকেই আমাদের মিলন শুরু হয়।… প্রথম প্রথম ব্যথার কথা প্রতি মিলনেই বলেছে, কিন্তু আগ্রহের অভাব ছিল না। লজ্জাটা আমাদের অন্য দম্পতির চেয়ে সহজেই ভেঙে যায়; প্রতিরাতেই আমরা দুবার করে মিলিত হতাম। শোয়ার পর ঘণ্টাখানেকের মধ্যেই একবার এবং বিনিদ্র রজনী যাপনের পর সকালের দিকে ফের।…আমার কামেচ্ছা তখন অদমনীয় হয়ে উঠেছে, ওটা না হলে কিছুতেই ঘুম আসে না। কাজেই ছলে-বলে-কৌশলে যেভাবেই হোক কাজটা আদায় করে নিতাম আমি। তার ব্যথাকে যথাসম্ভব সহানুভূতি সহকারে মেনে নিয়ে, ৭ ৮ থেকে ১০ মিনিট পর্যন্ত কাজ চলতো। কয়েকদিন যাওয়ার পরই তার ব্যথা চলে গিয়ে যৌন আনন্দ পেতে থাকে। আমি নানা রকম চেষ্টা করে তার চরম তৃপ্তির কথা জানতে চাই। প্রথম প্রথম সে চরমতৃপ্তির কথা বুঝতেই পারত না। পরে আস্তে আস্তে সঙ্গমকালে "জোরে জোরে, তাড়াতাড়ি"* প্রভৃতি উক্তি করতে শুরু করে এবং নিজে থেকে সকর্মক হতে থাকে। কিন্তু প্রায়ই দেখা যেত অর্থাৎ ভাবে বোঝা যেত, সে যেন অতৃপ্ত থেকে যাচ্ছে। আমি আপনার 'যৌনবিজ্ঞান'-এর নির্দেশ মাফিক সময়ের দীর্ঘতা বাড়াতে শুরু করি এবং বিভিন্ন আসনে মিলিত হই। তখন

---

* সজোরে অঙ্গচালনা করিলেই তবেই যোনিমুখ, ভগাঙ্কুর এবং তাহার আশেপাশের প্রায় তাহারই সমান উত্তেজনাশীল কামাঞ্চলগুলি (অর্থাৎ ক্ষুদ্রোষ্ঠের বাহির ও ভিতর দিক) এবং ভগাঙ্কুর ও যোনিমুখের মধ্যবর্তী স্থানে (ভেস্টিবিউলে) লিঙ্গমূল ও তাহার আধার স্বরূপ নিকটবর্তী বস্তিপ্রদেশ দ্বারা ঘর্ষিত হইবে।

বহুল প্রচলিত ধারণা এই যে, ঐরূপ ক্রিয়ার ফলে যোনিনালীর গভীর প্রদেশে ঘর্ষিত হয় বলিয়া নারীর আনন্দ হয়, কিন্তু পূর্বে দেখানো হইয়াছে যে, প্রায় সমস্ত (১৪ আনা) নারীর রমণ-পথের অভ্যন্তরে অনুভূতিবাহক স্নায়ু—তথা সাড়া কম। পক্ষান্তরে উপরোক্ত স্থানগুলি স্পর্শন বা চাপনে প্রায় সকলেই আনন্দ উত্তেজনা হয়।

গড়পড়তা ১০ থেকে ১৫ মিনিট কাল অবস্থান করতাম। এরপরও আমার বীর্যস্খলন হয়ে গেলে সে আরও কিছুক্ষণ চালিয়ে যেতে বলত কিন্তু আমার পক্ষে তা মোটেই সম্ভব হত না। সঙ্গমকালে তাকে চরম মুহূর্তে পেঁছাবার প্রবল ইচ্ছা রাখার উপদেশ দিয়ে ধুয়ে মুছে এসে ফের মিলিত হই। এবার প্রায়ই তৃপ্ত হত।..."

"মিলনে আমরা বিভিন্ন আসন গ্রহণ করতাম। যথা—কাত হয়ে, পেছন থেকে, সাধারণ আসনে, সম্পূর্ণ হাতের তালুর উপর ভর দিয়ে* ইত্যাদি। তবে শেষোক্ত উপায়ে স্ত্রী বেশী আনন্দ পেত, কিন্তু ওতে আমার কষ্ট বেশী হত। কিন্তু প্রথমবারের প্রায় কোনো মিলনেই তার চরমতৃপ্তি হত না। শৃঙ্গারাদি অনেকক্ষণ ধরে চলত এবং আমরা প্রায় আলো জেলে উলঙ্গ হয়ে ঘড়ি ধরে করতাম।"

"শেষ পর্যন্ত আপনার উপদেশে স্ত্রীকে প্রাধান্য দিয়ে বিপরীত আসনে মিলিত হতে শুরু করি। ওতে তার যথেষ্ট পরিশ্রম হয় এবং প্রায়ই তৃপ্তিলাভ করে। এই পদ্ধতি শেখানোর পর আর কিছুতেই কোন উপায়েই তার তৃপ্তি হয় না। এতে আমার অনেকটা সুবিধা আছে। একদিকে পরিশ্রমও কম হয় এবং দীর্ঘকাল (বীর্য) ধারণ করেও থাকা যায়। এ পদ্ধতিতে আমাদের সঙ্গমকাল ৪০/৫০ মিনিটে গিয়ে দাঁড়ায়। মাঝে মাঝে ও বেশী ক্লান্ত হয়ে পড়লে শুধু দু'চার মিনিটের জন্য সংযুক্ত অবস্থায়ই বিশ্রাম করে নেয় এবং চুম্বনাদি চলে নতুন করে। সঙ্গমকালে ওর গালে জোরে দংশন করতে বলে এবং তার চরম মুহূর্ত এগিয়ে এলে সে পাগলের মত যেখানে সেখানে দংশন করতে থাকে। দু'বারের কম মিলন প্রায় কোনও দিনই আমাদের হয়নি। বিয়ের পর বার তিনেক মেন্স ও বার দুই বাড়ি যাওয়া (১০ ১২ দিন করে) ছাড়া আমাদের কোনও দিনই প্রায় বাদ যায়নি। আমার ইচ্ছা থাকলে না চেষ্টা করলেও তাকে কিছুতেই এড়ানো যায়নি। জোর করে সে আদায় করে নিয়েছে তার ঘুমের খোরাক এবং সেটা ভাবে বা ইঙ্গিতে প্রকাশ করে নয়, স্পষ্ট ভাষায় দাবি করে। কোনও দিন অসুস্থতা বা অন্য কোনও কারণে আমি না বললে, কৌশলে শৃঙ্গারাদি দ্বারা আমাকে উদ্বুদ্ধ করে তবে সে কাজ হাসিল করে নিয়েছে। একবার আমি দুর্ঘটনায় আহত হই এবং সম্পূর্ণ বিশ্রাম না নিলে দুরারোগ্য রোগে আক্রান্ত হবার সম্ভাবনা থাকে। পাশের ঘরে মায়ের অসুখ খুব বেশী, কাজেই পরিবেশ আদৌ অনুকূল ছিল না এবং মন সাংঘাতিক দুশ্চিন্তাগ্রস্ত ছিল। আমি তার রতি-আসক্ততা পরখ করার জন্য একটা হাত দিয়ে কিছু শৃঙ্গার করে (কারণ আর একটি পাশ আমার সম্পূর্ণ জড়) আমার শরীরের উপর চাপ না দিয়ে তাকে মিলিত হতে বলি। সে তাতে রাজী হয়ে যায় এবং এটা সেদিন থেকে অভ্যাসে দাঁড়িয়ে যায়, কারণ আমি প্রায় মাসখানেক শয্যাশায়ী ছিলাম।..."

"আমাদের অনিচ্ছা সত্ত্বেও এবং জন্মনিয়ন্ত্রণের কিছু কিছু উপায় অবলম্বন করা

* আসনগুলির বর্ণনা 'মিলনে আসনকলা' অধ্যায়ে আলোচনা করিয়াছি।

সত্ত্বেও তৃতীয মাসেই অসাবধানতাবশত হয়ত, অনাকাঙ্ক্ষিত গর্ভ হয়ে যায়। সে তখন পাগলের মত হয়ে যায় গর্ভপাত করানোর জন্য। অনেক বলে-কয়ে, বুঝিয়ে-শুঝিয়ে গর্ভপাত বন্ধ করলাম বটে, কিন্তু গর্ভ হওয়ার পর থেকে তার রতি উন্মত্ততা এত বেড়ে গেল যে, যেন রোজ দশ পনের বার বললে তাতেও রাজী। আমার প্রতি তার আকর্ষণ সম্প্রতি খুব বেড়ে গেছে এবং সে যত্নবতী হয়ে উঠেছে। এখন যে কোনও অবস্থায় যে-কোনও পরিবেশে আমাকে একলা পেলেই সে প্রস্তাব করে বসে। অনেক সময়ে নানা অস্বস্তিকর পরিবেশেও সে মিলনের জন্য ব্যস্ত হয়ে পড়ে। ঘরে আড়ি পাতবার যথেষ্ট লোক এবং সুযোগ আছে জেনেও অপরে শুনতে পাচ্ছে, জানতে পারছে জেনেও সে কিছুতেই বিরত হত না। অর্থাৎ আমাকে কাছে পেলেই তার কামেচ্ছা হবেই। কোনও রকম সুযোগ করে দরজাটা ভেজিয়ে যৌনচর্চায় প্রবৃত্ত হয়ে যাবে; তাতে কোনও সময়ের নির্দিষ্টতা নেই।—সকাল, দুপুর, বিকাল, সন্ধ্যা, রাতে যে কোন সময় পেলেই হল। দিনের বেলায় আমি ঘরে থাকলে সে যে কোনও উপায়ে সুযোগ গ্রহণ করবেই।"

"আমাকে বাধ্য হয়ে চাপিয়ে যেতে হচ্ছে তার তৃপ্তির দিক চেয়ে কারণ তার ইচ্ছা পূরণ না হলে সারাক্ষণ ক্ষুন্ন হয়ে থাকে। ভয় হয পাছে আজ না হোক দুদিন বাদে ইচ্ছা পূরণের অন্য কোনও উপায় অবলম্বন করে।"

"এখন বোধ হয় তার গর্ভের ছয় মাস। অর্থাৎ ২৩শে মার্চ তার শেষ মাসিক শুরু হয়।...সম্প্রতি তার যৌনক্ষুধা চায়ের পিপাসার মত বেড়ে গেছে। কোনও রকম হাতটা নিয়ে বুকে লাগিয়ে দেবে এবং স্তনের বোঁটা ধরে একটু নাড়াচাড়া করলেই আর উপায় নেই, যে কোনও ভাবে তার ক্ষুধা নিবৃত্ত করতেই হবে। তবে এখন সঙ্গমকালের দীর্ঘতা কমে গেছে, ১০ ১২ মিনিটেই তার তৃপ্তি হয়ে যায়, কিন্তু বিপরীত আসনে তাকে করতে হবে নচেৎ কিছুতেই তার হবে না। আরও মুশকিল হলো, একবার হয়ে গেলে যুক্ত অবস্থায়ই সে থাকে। একটু পরে আবার তার ইচ্ছা জাগে, কিন্তু খুব হাঁপিয়ে পড়ে বলে দ্বিতীয়বার আর কুলিয়ে ওঠে না।"

"১১.১১.৫৪ এটা গর্ভের তার সবে আট মাস শুরু হয়েছে। তার একান্ত অনুরোধে গেল শনিবার আমি এসেছিলাম এখানে। অনুরোধ লিপিতে উল্লেখ ছিল যে, তার প্রবল কামবাসনা হয়েছে কাজেই না এসেও পারলাম না।.. আমি ২৪ ঘণ্টারও কম সময় এখানে ছিলাম, এরই মাঝে আমরা চারবার মিলিত হই, তিনবার খুব সাবধানতার সহিত, কিন্তু-চতুর্থবার অনেক বারণ সত্ত্বেও সে বিপরীত আসন গ্রহণ করেই। এর আগের বারে পক্ষকাল বাদে ২৪ ঘণ্টায় পাঁচবার মিলিত হই। কিছুদিন বিরতির পর প্রথমবার মিলনে একটু ব্যথা পায় বলে অভিযোগ করে বারবারই। এবারেও তা করেছে তাই আমি একটু উপেক্ষাই করে গেছি। রাত্রের দিকেই ব্যথাটা বাড়ে, কিন্তু কেউ তেমন গুরুত্ব দেয়নি। বেদনার ভিতরই ছটফট করে রাত কাটে এবং সারাদিনই আমরা একসঙ্গে ছিলাম। দারুণ কামেচ্ছাকে দমন করার ক্ষমতা আমরা দু'জনেই হারিয়েছি, এজন্য বেদনা একটু কম হলেই

দিনে ফের মিলিত হই (বিপরীত আসনে)। সে থেকে ব্যথা আর কমেনি। আমি ভাবছিলাম এই সময়ে অতিরিক্ত কামের জন্য এই ব্যথা, তাই রোববারে (৭টা ১১ মিনিট) গ্রীন অ্যারোতে চাটগাঁ চলে আসি। এ ব্যথা তার আর কমে না বরং বাড়ে এবং রাত বারটায় নাকি ফুটফুটে প্রায় পরিণত ছেলে প্রসব করে। ছেলেটির আয়ু ১০ ১৫ মিনিট হবে। স্ত্রীর স্বাস্থ্য খুব খারাপ মনে হচ্ছে না। প্রসবের পর থেকে তেমন কোনও উপসর্গ দেখা যাচ্ছে না এবং কোনও রকম ব্যথাও তেমন নেই।"

"৩০.১১.৫৪ আমাদের বিবাহ জীবনে দু'হপ্তার বেশী সময় আমরা কখনো বিচ্ছিন্ন থাকিনি। যদি বা সে কখনও কখনও মাসাধিক কাল বাইরে ছিল, আমাকে ছুটে যেতে হয়েছে সপ্তাহের শেষে, অনেক সময়ে নিজের তাড়নায়, অনেক সময় তাগিদে। প্রসবের দু'হপ্তা বাদে আমি যখন ফের গেলাম তার কাছে তখন সে প্রায় সুস্থ। রক্তক্ষরণ এবং আনুষঙ্গিক সমস্ত লক্ষণ প্রায় নেই বললেই চলে, তবে তখনও 'কোটেক্স' ব্যবহার করছে। রাতে ঘণ্টা কয়েক তার এখানে ছিলাম মাত্র এবং এসময়ের ভিতর কার সাধ্য যে এক মিনিট ঘুমায়, যদিও আগের রাতে এবং দিনে আমায় চার শ' মাইলের অধিক ট্রেন জার্নি করতে হয়েছে ; একমাত্র স্বাভাবিক সঙ্গম ছাড়া এমন কোনও কামক্রীড়া নেই যা আমরা করিনি। কত আমি সাবধান হয়েছি এবং তাকে করেছি, কিন্তু সে শুধু হাসে আর বলে 'আমি সম্পূর্ণ ভাল হয়ে গেছি।' শেষ পর্যন্ত অঙ্গচোষণ করে ছাড়ল (ঘৃণা বলতে তার কোনও জিনিস নেই)। একে তো অনেক দূরে, প্রসবের তৃতীয় দিনে যখন আমি তার কাছে যাই ; সে দিনও জলজ্যান্ত দিবালোকে চুম্বনাদি করতে ছাড়েনি এবং বুকের সাথে মিশতে পারেনি বলে কত তার দুঃখ। সেদিনও আমার অঙ্গচুম্বনের ইচ্ছা জানায়, কিন্তু তার দেহ নড়াচড়া হবে বলে আমি দিইনি, কাজেই বুঝে দেখুন তার যৌন কামনা কত তীব্র। কিছুদিন থেকে স্বাস্থ্য সম্বন্ধে দুর্বলতা জেগেছে মনে এবং সত্যি তা খারাপও হয়ে গেছে অনেকটা। সব সময়ে নিস্তেজ নিস্তেজ মনে হয়, মাজাটা মনে হয় ভেঙে পড়বে এবং যৌন দিকটাও বেশ দুর্বল বোধ হচ্ছে। অঙ্গ আগের মত দৃঢ় হয় না ; সে অভিযোগ স্ত্রীও করেছে। এর কারণও বুঝতে পারছি, যে পরিমাণে যৌনক্ষয় হয়েছে সে অনুপাতে পুষ্টিকর খাদ্য কিছুই পড়েনি নাড়ীতে। নিয়ম বলতে কিছুই পালন করি না আমরা, খাদ্য সম্বন্ধেও কোনও বাছ-বিচার নেই। নিয়ম করে পৃথকভাবে কিছু খাওয়াও পারিবারিক জীবনে সম্ভব নহে।"

"২৭.১২.৫৪ (প্রসবের) একমাস বাদেই condom পরে মিলিত হই। এর আগে যে ক'দিন আমরা একত্রিত হয়েছি, যে কোন উপায়ে তৃপ্তি সাধন করেছি। কখনো বা আমাকে হস্তমৈথুন করে দিয়েছে, কখনও উরুর চাপে আমার উত্তেজনার উপশম ঘটিয়েছে, কখনও ওর বুকের উপর বা মুখের ভিতর লিঙ্গ চালনা করে বীর্যস্খলন করা হয়েছে।..."

"আমাকে পেলে সে সারা দুনিয়াকে ভুলে থাকতে পারে। আমার সহানুভূতি, সান্নিধ্য আর 'কাম' পেলে কিছুই সে চায় না।...তবে সময়ের দীর্ঘতা একটু কমেছে।

আগে যেখানে ৪০/৫০ মিনিট লাগত, সেখানে তা ১৫ থেকে ২০ মিনিটে নেমেছে। আর তার তৃপ্তি পাওয়ার জন্য বিপরীত আসনটা স্থায়ী হয়ে গেছে। যতভাবে যত অভিনব উপায়ই আবিষ্কার করি না কেন, তার চরমপুলক আসতে সে আসনটা অবলম্বন করতেই হয়। কোনও মিলনেই ওর তৃপ্তি না হয়ে উপায় নেই, যেভাবেই হোক সেটা সে করে নেবেই। প্রসবের পর প্রথম মিলনে তার বেশ ব্যথা হত এবং অঙ্গসংযোগের পর অনেকক্ষণ চুপ করে থাকতে হত ব্যথা পাওয়ার জন্য ; বিপরীত আসনে সকর্মক থাকায় তার যথেষ্ট পরিশ্রম হলেও সে কোনদিন বিরত হয় না।* অনেক বলে কয়ে যদি কোনদিন বাদ দিই, পরের দিন অনুযোগ করে 'আমায় এখন আর আগের মত আদর কর না কেন ? তুমি যেন আদর করতে ভুলেই গেছ' ইত্যাদি ইত্যাদি।

"ব্যথার ভাবটা কেটে যায় ঋতুস্রাবের পর। মেন্‌স প্রায় মাস দুই পরে হয়, ও রীতিমত ঘাবড়ে গিয়েছিল ফের অন্তঃসত্ত্বা হয়েছিল বলে (ভেবে)। ঋতুকালেও একদিন আমার হস্তমৈথুন করে দেয়। পরদিন (সম্ভবত পঞ্চম দিন), তার ভীষণ কামাবেগ হয় এবং সকালের দিকে প্রায় পাগলের মত হয়ে যায়। তার যতরকম সম্ভব আমাকে শৃঙ্গার করে, শেষ পর্যন্ত পাগলা কুকুরের মত আমাকে কামড়াতে থাকে। অনেক ভেবে-চিন্তে শেষ পর্যন্ত যৌনমিলনে ব্রতী হই।..."

"আমার যৌনক্ষমতার দ্রুত উন্নতি না হলে বিপদের সম্মুখীন হব বলে ভয় হয়। আগের মত অঙ্গ ত হয়ই না, কিছুক্ষণ সংযোগের পর বেরিয়ে পড়লে ফের পেনিট্রেশনই হতে চায় না। সামান্য দু'এক ফোঁটা বীর্য নির্গত।..."

ভদ্রলোকের অবস্থার কথা শুনিয়া সকলেরই দুঃখ হইবে কিন্তু বেচারারই বা দোষ কি ? প্রবল কামাতুরা তাহাকে পাইয়া বসিয়াছে।

প্রতিষেধকসমূহ

এইরূপ নর ও নারীর জন্যও নানারূপ প্রক্রিয়া, পথ্য ও ঔষধাদির ব্যবস্থা দেখা যায়।

---

*এই প্রসঙ্গে এক ডাক্তারের উক্তি উদ্ধৃত করিতেছি।...'বিপরীত অবস্থানে মিলিত হওয়া আমার স্ত্রী খুব পছন্দ করে। বলে যে, অন্যভাবে হওয়ার চাইতে এইভাবে হলে ওর ডবল সুখ হয। কিন্তু একবার উপরে উঠতে পেলে তার চরমানন্দ না হওয়া পর্যন্ত একটানা চালিয়ে যাবেই, থামানো যায় না, অথচ এতে ভীষণ হাঁপিয়ে পড়ে। মাঝে মাঝে একটু বিশ্রাম করে নিতে বললে বলে যে, সে কিছুতেই থামতে পারে না। একবার ওর জ্বর হয—অসুখের সময়ে মিলন বন্ধ ছিল। এরপর যেদিন প্রথম সহবাস হয়, সাধারণ অবস্থানে কিছুক্ষণ হওয়ার পর উপরে ওঠার জন্য ইচ্ছা প্রকাশ করতে থাকে। তার শরীর এখনও দুর্বল বলে নিরস্ত করার চেষ্টা করলাম। কিন্তু এরকম অভিমান করল যে উপরে ওঠাতে বাধ্য হলাম। অল্পক্ষণে হাঁপিয়ে পড়ল, তবুও ছাড়বে না। তখন তার নিতম্বের দুইপাশে হাত দিয়ে ধরে তাকে অঙ্গসঞ্চালনে সাহায্য করতে লাগলাম। এতে ও অনেকটা আরাম পেল। এরপর থেকে যখনই বিপরীতভাবে হয় আমি হাত দিয়ে তার নিতম্বের উত্থান-পতনে সাহায্য করি এবং তার ফলে ওর পরিশ্রম খুবই কম হয়।"

"আপনার এই পাঠক তাঁর স্ত্রীকে এইভাবে সাহায্য করতে পারেন। এতে তাঁর পরিশ্রম কম হবে।"

(ক) আঙ্গিক মিলন ব্যতীতও কেবলমাত্র কলাপূর্ণ শৃঙ্গার কৌশল দ্বারাই অনেক ক্ষেত্রে স্ত্রীর চরমতৃপ্তি আনয়ন করা সম্ভব। কোন্ কোন্ শৃঙ্গার দ্বারা তাহা সম্ভব স্বামীকে তাহা আবিষ্কার করিতে হইবে এবং মাঝে মাঝে তাহা দ্বারা স্ত্রীর তৃপ্তি সাধন করিতে হইবে। (অনেক ক্ষেত্রেই স্তন চুম্বন ও চোষণ এবং ভগাঙ্কুর ও ভেস্টিবিউল স্পর্শন, ঘর্ষণ দ্বারাই স্ত্রীর চরমানন্দ আনয়ন করা যায়।)

(খ) যেখানে কেবলমাত্র শৃঙ্গার দ্বারা স্ত্রীর চরমতৃপ্তি আনয়ন সম্ভব নহে বা যখন স্ত্রী একান্তভাবে মিলন কামনা করিতেছে কিন্তু স্বামীর পক্ষে উহা সম্ভব নহে, সেক্ষেত্রে স্ত্রীকে শৃঙ্গার দ্বারা যতদূর উত্তেজিত করা সম্ভব তাহা করিয়া স্বামী চিত হইয়া শুইবে ও সম্পূর্ণ অকর্মক থাকিয়া অন্য চিন্তা করিবে এবং স্ত্রী স্বামীর উপরে বসিয়া মিলিত হইবে ও অঙ্গসঞ্চালন দ্বারা নিজ চরমতৃপ্তি আনয়ন করিবে। ইহাতে স্বামীর বিশেষ কষ্ট হইবে না, স্ত্রীকেও অতৃপ্তির জন্য পর-পুরুষাকাঙ্ক্ষিনী হইতে হইবে না।

রতিশক্তিহ্রাসকর (Anaphrodisiac) প্রক্রিয়ার মধ্যে অত্যধিক কায়িক পরিশ্রম, সর্বদা কাজে ব্যস্ত থাকা, উপবাস, খাদ্যের পরিমাণ হ্রাস প্রভৃতি উল্লেখযোগ্য। ইহাদের সামান্য প্রভাব থাকিতেই পারে। যৌন-অঙ্গে ঠাণ্ডা জল ব্যবহারে কিঞ্চিৎ ফল পাওয়া যায়।

খাদ্য বা পথ্যের মধ্যে শশা, লেটুস, কপি এবং লেবুর ক্রিয়া রতিশক্তিনাশক বলিয়া বিশ্বাস করা হইত। ইহার নিশ্চয়তা প্রমাণিত হয় নাই। তবে অত্যধিক মদ্যপান বাস্তবিকই শক্তিহানিকর। তবু ব্যবস্থা হিসাবে ইহা বিপজ্জনক ; কারণ, ইহাতে আবার নানা অনিষ্ট হইতে পারে।

ঔষধের মধ্যে কর্পূর (Camphor), কুইনাইন (Quinine), মেন্থল (Menthol), ব্রোমাইড অব পটাসিয়াম (Bromide of Potassium), স্যালিসাইলিক এসিড (Salisylic Acid) ইত্যাদি নানা রূপে ও পরিমাণে ব্যবহার করা যায়। ডাক্তারের ব্যবস্থা লওয়া উচিত।

পুরুষের কাম অল্প দিনের জন্য কমাইতে হইলে নারীর হরমোন হইতে প্রস্তুত স্টিবেস্টেরল (Stiboesterol) অল্প মাত্রায় প্রায় একমাস ব্যবহার করিলে সুফল পাওয়া যায়। কিন্তু অধিক মাত্রায়, অধিক দিন ধরিয়া ব্যবহার করিলে একেবারে লোপ পাইতে পারে।

অল্পদিনের জন্য নারীর বাসনা কমাইতে হইলে পুরুষ হরমোন টেস্টস্টেরন (Testosterone) অল্প মাত্রায় অল্পদিন এবং একেবারে লোপ করিতে হইলে বড় মাত্রায় অধিক দিন ব্যবহার করিলে ফল পাওয়া যায়।

বলা আবশ্যক যে, এই ঔষধগুলি তথা যে কোনও হরমোন ঘটিত ঔষধ কখনও নিজে নিজে ব্যবহার করিতে নাই। সুযোগ্য চিকিৎসকের (গ্রন্থিরস সম্বন্ধে বিশেষজ্ঞ—Endocrinologist বা Specialist in Endocrinology হইলে ভাল হয়) নির্দেশ-ক্রমে ও তত্ত্বাবধানে এইগুলি ব্যবহার করা উচিত, নতুবা হিতে বিপরীত হইতে পারে।

মানসিক ব্যবস্থার মধ্যে অংকশাস্ত্র বা ঐরূপ কঠিন বিষয় বা চিন্তা মনোনিবেশ সাপেক্ষ শাস্ত্র, দর্শন বা বিজ্ঞানে আত্মনিয়োগ ; মরার চিন্তা বা মৃত্যুভয় মনে আনা ; মহাত্মাদের জীবনী পাঠ, সাধুসঙ্গ, কামোত্তেজক গল্প, পুস্তক, ছবি, কথাবার্তা পরিহার প্রভৃতিতে উপকার হইবার কথা। কামচিন্তা হইতে বিরত থাকিলে স্বপ্নদোষ প্রভৃতি স্বাভাবিক প্রক্রিয়ার শারীরিক প্রচাপ লাঘব হইতে থাকিবে।

রবারের কৃত্রিম লিঙ্গ পাইলে (হংকং, জাপান ও ইউরোপে নানা রকম পাওয়া যায়) বা বানাইয়া লইলে উহা কোমরে জড়াইয়া স্ত্রীর সম্ভোগ সম্পাদন করা যায়। ২/৩টি পুরা লম্বা সাইজের কনডম লইয়া উহার একটির ভিতরে অপরগুলি পরাইয়া ভিতরে তুলা, কাপড় জড়ানো কাঠি প্রভৃতি রাখিয়া আন্দাজমত বানাইয়া লওয়া যায়। স্ত্রীকে উত্তেজনা দিয়া ঐরূপ কৃত্রিম লিঙ্গ তাহাকেই প্রয়োজনমত ব্যবহার করিয়া তৃপ্তিলাভ করিতে উৎসাহ দিতে হইবে।*

॥ আঠারো** ॥

পঞ্চাশের উর্ধ্বে যৌন জীবনযাপন

যৌবনবোধের ধারা

এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে আমি দীর্ঘ আলোচনা করিয়া দেখাইয়াছি, যৌনবোধ একটি সহজাত বৃত্তি। শৈশব হইতেই ছেলেমেয়ের মধ্যে ইহার উন্মেষ ঘটে, কৈশোরে অল্পবিস্তর ও যৌবনে পুরাপুরি বিকাশ পায়। প্রৌঢ়ত্বে উহার প্রভাব কমিতে কমিতে বার্ধক্যে হ্রাস পায়।

এই সাধারণ ধারার যথেষ্ট ব্যতিক্রম রহিয়াছে। এই স্তর বিভাগের আরম্ভ ও শেষ সম্পর্কেও যথেষ্ট মতভেদ আছে। আমাদের দেশে 'কুড়িতে বুড়ি ও পঞ্চাশের শেষ' বলিয়া

---

* এই প্রসঙ্গে বিবাহ-বঞ্চিতা কুমারী, বিধবা, স্বামীর দীর্ঘ অনুপস্থিতিতে কাম পীড়িতা স্ত্রীর পক্ষেও ঐ রকম কৃত্রিম যন্ত্র ব্যবহার আমরা শুধু অনুমোদনই করি না বরং করণীয় মনে করি। ইহাতে দোষের কিছুই নাই। শরীর মন হাল্কা হয়।

পুরুষের জন্য স্বমেহন সহজসাধ্য। তবুও নারী সঙ্গলাভের অভাবে কামপীড়িত পুরুষদের জন্য পরিচ্ছন্ন প্লাস্টিক-রবারের যন্ত্র ব্যবহার অনুমোদনযোগ্য।

ফ্যামিলী ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস, জে, ১ তোপখানা রোড, ঢাকা-২। এই ঠিকানায় গোপনে যোগাযোগ করিলে তাঁহারা পরামর্শ দেন। তাঁহাদের নির্মিত পুরুষের জন্য 'সখী' ও নারীদের জন্য 'সখা' সুলভে ও সহজে উপভোগ যোগায়। নির্দোষ ও নির্ঝঞ্ঝাট।

**১৮৪—৮৬ পৃষ্ঠার পাদটীকায় উল্লেখিত ১৮নং অধ্যায়ের বদলে ১৯নং অধ্যায়ে ঐ সব বিষয় দেখুন।

একটি প্রবাদ আছে। আগেকার বাল্য-বিবাহের দিনে দম্পতির যৌন চর্চা শুরুও হইত আগে আর শেষও হইত আগে।

স্বাস্থ্যবিধি পালনে, চিকিৎসা শাস্ত্রের অগ্রগতিতে, বাল্যবিবাহ বর্জনে ও প্রবাদের সারবত্তা বহুলাংশে কমিয়া গিয়াছে।

ইংরেজিতে আর একটি ছড়া আছে ঃ

"After twenty day and night,
After thirty day or night,
After forty now and then,
After fifty God knows when !"

এই উক্তি পুরুষের রতিক্রিয়ার বার ও সীমা নির্দেশক। আগেকার লোকের বেলায় অনেকটা খাটিলেও বর্তমান শতাব্দীর লোকের বেলায় উহা খাটে না।

বিশ ও ত্রিশ বৎসরের যুবকেরা স্বাভাবিকভাবে রতিক্ষম হইলে দিনরাত ও দিন বা রাত রতিক্রিয়া চালাইয়াও যাইতে পারে। কিন্তু চল্লিশের পরে 'কখনও' 'কখনও' এবং পঞ্চাশের পরে 'হতাশা'র কথার মধ্যে গলদ আছে।

এই ভুল ধারণার প্রতিবাদেই আমি এই সংস্করণে এই নূতন অধ্যায়ের অবতারণা করিতেছি।

নারীদের ঋতুসংহার

কিছুকাল পূর্ব পর্যন্ত অজ্ঞতা, কুসংস্কার, আজগুবি গালগল্প, বুড়িদের ভয় প্রদর্শন প্রভৃতির দরুন নারীরা ঋতুস্রাব বন্ধ হইবার প্রাক্কালে যথেষ্ট উদ্বেগ বোধ করিতেন ঃ বুঝিবা কত বড় বিপর্যয়ই না আসন্ন। দৈহিক মানসিক কত অশান্তিই না কপালে আছে।

ঋতুস্রাব সম্বন্ধে অজ্ঞতা, ঘৃণাবোধ, অসাবধানতা এত বেশী যে ও সম্পর্কে দীর্ঘ আলোচনা আমার 'মাতৃমঙ্গল'-এ করিয়াছি। উহার আসল প্রকৃতি সম্বন্ধে অজ্ঞান ও কুসংস্কার এবং উহাতে গোলযোগ, ব্যাধি, বিকৃতি এত অধিক যে সকল মেয়েছেলেরই আলোচিত তথ্যাদি পড়িয়া সাবধান হওয়া উচিত। স্বামীকেও এই সম্পর্কে স্ত্রীকে পরামর্শ ও অভয় দান করিতে হইবে।

আগেকার অজ্ঞান, কুজ্ঞান, কুসংস্কারের জায়গায় এখন বিজ্ঞানের অনুসন্ধানে ধরা পড়িয়াছে যে, ঋতুস্রাব নিয়ন্ত্রিত হয় কতকগুলি গ্রন্থিনিঃসৃত হরমোনের দ্বারা। এই রাসায়নিক পদার্থ রক্তের সঙ্গে সরাসরি মিশিয়া নানা অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ ও দৈহিক প্রক্রিয়া উদ্দীপিত বা ধীমিত করে। পিটুইটারী থাইরয়েড ইত্যাদি গ্রন্থিগুলির আলোচনা আমরা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে করিয়াছি (৮২—৮৪ পৃঃ)।

নারীসুলভ প্রকৃতির ভিত্তিই হইল ডিম্বকোষ নিঃসৃত হরমোন, ইস্ট্রোজেন (Estrogen)। এই হরমোন মেয়েদের রক্তের সঙ্গে মিশিয়া গিয়া শরীরে ব্যাপ্ত হয়। সাবালেগা হইবার প্রাক্কালে তাহাদের স্তন বাড়িয়া উঠে, জননেন্দ্রিয়সমূহের পুষ্টি সাধিত হয়। পিটুইটারী গ্রন্থির হরমোন গোনাডোট্রোপিন (Gonadotropin) ডিম্বকোষের ক্রিয়া প্রভাবিত করে।

ইস্ট্রোজেন নারীদের যৌনবাসনা উদ্দীপিত করে, ঋতুস্রাব ও ডিম্বস্ফোটন ঘটায় এবং গর্ভাধানে সাহায্য করে।

ঋতু বন্ধ হইবার বয়স

দেশভেদে মেয়েদের বয়ঃপ্রাপ্তির সময়ের বেশ তারতম্য হয়। গ্রীষ্মপ্রধান দেশে এগারো কিংবা বারো এবং শীতপ্রধান দেশে চৌদ্দ হইতে আঠারো বৎসর বয়সে সাধারণত মেয়েরা বয়ঃপ্রাপ্ত হইয়া থাকে।

বিয়াল্লিশ হইতে পঞ্চাশ বৎসর বয়সের মধ্যে সাধারণত স্ত্রীলোকের ঋতুস্রাব চিরদিনের জন্য বন্ধ হইয়া যায়। ইহাকে **ঋতুসংহার** (Menopause) বলে। ইহার পর আর ডিম্ব-স্ফোটন হয় না, ঋতুস্রাব বন্ধ হয় এবং স্ত্রীলোক আর গর্ভবতী হয় না। কদাচিৎ দুই-এক ক্ষেত্রে ঋতু বন্ধ হইয়া যাইবার পরেও কোনও কোনও স্ত্রীলোককে সন্তান ধারণ করিতে দেখা গিয়াছে, কিন্তু তাহার কারণ এই যে, তখনও ডিম্বস্ফোটন হইত। নিতান্ত আকস্মিকভাবে চিরতরে ঋতু বন্ধ হইয়া যায় না; সাধারণত ২/৩ বৎসর পর্যন্ত নানাভাবে অনিয়মিত ঋতুস্রাব হইতে হইতে ক্রমে একেবারে বন্ধ হইয়া যায়।

এই অবস্থায় স্ত্রীলোকদের শারীরিক ও মানসিক অবস্থার বিপর্যয় ঘটে বটে, কিন্তু সচরাচর কুসংস্কারপূর্ণ ও ভীতিপ্রদ যে সকল লক্ষণের কথা শুনা যায় তাহার মূলে কোনও বৈজ্ঞানিক সত্য নাই। অনেকের ধারণা আছে যে, ঋতু বন্ধ হইয়া যাইবার পরে স্ত্রীলোকের আর সহবাসের আকাঙ্ক্ষা থাকে না এবং সহবাসে ব্রতী হইলেও সে আর পুলক অনুভব করে না। ইহা সম্পূর্ণ ভ্রমাত্মক। তবে পুরুষদের মতই তাহাদেরও বার্ধক্যের অগ্রগতির সঙ্গে সঙ্গে সহবাস আকাঙ্ক্ষা ও পুলকের তীব্রতা কমিয়া আসে।

অপর পক্ষে, অনেকে আবার মনে করেন যে ঋতু বন্ধ হইয়া যাইবার পরে আর সন্তান ধারণের সম্ভাবনা একেবারেই থাকে না। বাস্তবিক পক্ষে এই অবস্থার সামান্য পরেও ডিম্বস্ফোটন হইতে পারে; কখন যে শেষবারের মত বন্ধ হইয়া গেল তাহা নিশ্চিতভাবে জানা যায় না। কারণ, এইরূপ হইবার ২/১ বৎসর পূর্ব হইতে ঋতুস্রাব বিলম্বিত ও অনিয়মিত হইতে থাকে। তাই সন্তানধারণে আপত্তি থাকিলে **ঋতুবন্ধের পরেও এক বৎসরকাল জন্মনিরোধের ব্যবস্থা অবলম্বন করা উচিত।**

প্রত্যেক নারীরই মনে রাখা উচিত যে, কৈশোরের ঋতুস্রাব যেমন প্রাকৃতিক বিধান,

প্রৌঢ় বয়সে ঋতুবন্ধ হওয়াটাও সেইরূপ এবং এই অবস্থায় **কোনও ভীষণ শারীরিক পরিবর্তনের আশংকার কারণ নাই।** পরিবর্তনের মধ্যে সাধারণত ঋতুস্রাবের স্থায়িত্ব-কাল, ব্যবধান ও পরিমাণ অনিয়মিত হয়, জননেন্দ্রিয়সমূহ সংকুচিত হইয়া থাকে, স্তন শুষ্ক হইয়া যায়; আবার অনিদ্রা, অগ্নিমান্দ্য, অজীর্ণতা ইত্যাদি সাময়িকভাবে দেখা দিতে পারে। কাহারও কাহারও, বিশেষত চিরকুমারী, বালবিধবা, বন্ধ্যা প্রমুখদের মধ্যে এ সময়ে হঠাৎ লালসার আধিক্য আসিতে পারে। পরিবর্তনের কারণ ডিম্বকোষের সক্রিয়তার হ্রাস এবং **আভ্যন্তরীণ স্রাবের স্বল্পতা।**

এই অবস্থায় প্রথম সাবধানতা ঃ দুশ্চিন্তা করিতে নাই; কারণ আশংকার কোনও হেতুই নাই। মনের প্রফুল্লতা রক্ষা করা নিতান্ত অপরিহার্য।

দ্বিতীয় সাবধানতা ঃ অতিভোজন পরিহার এবং জননেন্দ্রিয়সমূহের পরিচ্ছন্নতা রক্ষা।

সাধারণ অবস্থার কোনও ব্যতিক্রম দেখা দিলে অবিলম্বে সুচিকিৎসকের পরামর্শ গ্রহণ করা উচিত।

প্রতিকার

নারীর এই অবস্থায় ডিম্বকোষ ক্রমে ক্রমে নিষ্ক্রিয় হইয়া পড়ে। তবে ডিম্বকোষ যে হরমোন প্রস্তুত করিত তাহার অনুরূপ হরমোনের বটিকা বা ইনজেকশন ব্যবহারে মানসিক ও দৈহিক চেতনা ফিরিয়া আসে। উপযুক্ত ডাক্তারের হাতে ব্যবস্থা করাইতে হয়।*

তাহা ছাড়াও স্ত্রীকে তাহার দাম্পত্যজীবন আগের মতই চালাইয়া যাইতে হইবে। "অনভ্যাসে শক্তি হ্রাস" এই কথা মনে রাখিতে হইবে।

পুরুষের বাসনা-বিরতি (Climacteric)

পুরুষেরও বয়স-বৃদ্ধির সাথে সাথে যৌনগ্রন্থিগুলির ক্রিয়ায় শৈথিল্য দেখা দেয়। কতক কতক পণ্ডিত মনে করেন যে পঞ্চাশ-ষাট বৎসরের কাছাকাছি তাহাদেরও বাসনা-বিরতি (Climacteric) আসে ও যৌনক্ষুধা লোপ পায়।

বহু পণ্ডিত আবার এই কথা অস্বীকার করেন। তাঁহারা বলেন যে মেয়েদের ঋতু সংহারের মত কোনও সুস্পষ্ট সীমারেখা পুরুষের বেলায় দেখা যায় না। অবশ্য যৌবনের চাঞ্চল্য ও শক্তি প্রাচুর্য আর থাকে না, তবুও যৌনবাসনা ও রতিক্ষমতা বহু লোকেরই বহুদিন পর্যন্ত বজায় থাকে।

বিখ্যাত পণ্ডিত বার্ট্রাণ্ড রাসেল যৌবনে চীন দেশে বক্তৃতা করিবার কালে একটি ছাত্রীকে সঙ্গে লইয়া যান। প্রীতি প্রণয় হইতে হইতে সংসর্গ হয়। মেয়েটি গর্ভবতী হইয়া

* এই সম্পর্কে ২২৮ পৃষ্ঠার পাদটীকা দেখুন।

পড়ে ও বাড়ি ফিরিবার সময়ে জাহাজের ক্যাপ্টেন, খালাশী ও যাত্রীরা সবাই হাসি-বিদ্রূপ করেন। তিনি টের পান ও পরে মেয়েটির গর্ভে তাঁহারই সন্তান এইরূপ ঘোষণা করিয়া তাহাকেই বিবাহ করেন। ইহা তাঁহার প্রথম বিবাহ। বিবাহ ও যৌন উপভোগ সম্বন্ধে উদার মতাবলম্বী দার্শনিক 'ম্যারেজ এণ্ড মরাল্‌স্' (Marriage and Morals) বই লিখিয়া গোঁড়া বিশ্ববাসীর নিন্দার পাত্র হন। পরে অবশ্য সভ্যজগৎ তাঁহার মতাগতকে আংশিক হইলেও মর্যাদা দেয়। যাহা হউক, তাঁহার জীবনের তিনটি লক্ষ্যের মধ্যে ছিল—প্রেম, প্রজ্ঞা ও সুবিচার। প্রেমের সন্ধানে তিনি চারবার বিবাহ করেন।

মনের মিল না থাকিলে যৌবনেও কি করিয়া যৌন-বাসনা প্রায় লোপ পায় তাহা বলিতে গিয়া তিনি লিখিয়াছেন যে, এক স্ত্রীর প্রতি তিনি এতটা বিরূপ হন যে তাহার সহিত যৌনক্রিয়া এড়াইবার জন্য ভিন্ন বিছানা, পরে ভিন্ন কামরা ও তাহারও পরে ভিন্ন তলায় থাকিতে আরম্ভ করেন। বেচারী রাত্রিযোগে তাহার মিলন ভিক্ষা করিলেও তিনি উদ্দীপিত হইতেন না। অথচ বার্ধক্যে (প্রায় ৮০ বৎসর বয়সে) তাঁহার সর্বশেষ স্ত্রী নাকি তাঁহার সকল প্রকার বাসনা পূরণ করিয়া তাঁহার আজীবন খুঁজিবার বস্তু প্রেম, প্রণয় ও দাম্পত্য সুখ দিতে পারিয়াছিলেন। এত বড় পণ্ডিত ও দার্শনিকের বার বার স্ত্রী বদলের কথা অদ্ভুত মনে হয় না কি? তবে বোধ হয়, তাঁহার পূর্বকার স্ত্রীদেরই দোষ বেশী ছিল।

যাহা হউক, বার্ধক্যেও দাম্পত্যবিহার ও উহাতে তৃপ্তি সম্ভবপর এই বিষয়ে সন্দেহ নাই।

পাশ্চাত্যজগতে প্রায়ই দেখা যায় ৬০, ৭০ এমনকি ৮০ বৎসরেও পুরুষেরা বিবাহ করেন ও তাঁহাদের স্ত্রীদেরও বয়স ঢের থাকে।

আমেরিকার বিখ্যাত সাপ্তাহিক টাইমস (Times) ও অন্যান্য পত্রিকায় বিবাহ, তালাক ও মৃত্যুর একটা বিশেষ কলাম থাকে।

আমাদের প্রতিপাদ্য বিষয় সম্বলিত খবরের নমুনা :

বিবাহ করিলেন—নর্টন সাইমন ৬৪ শিল্পপতি, জেনিফার জোন্‌স. বিখ্যাত অভিনেত্রী—ওস্কার প্রাইজ প্রাপ্তা, ৫২। তাঁহার দ্বিতীয়া, তাঁহার তৃতীয়।

সার্জ অবোলেন্‌সকি, ৮০. রাশিয়ান রাজকুমার, মেরীলীন ফ্রেইয়ার ওয়াল, ৪৪ ক্রোড়পতী— তাঁহার তৃতীয়া, তাঁহার দ্বিতীয়।

এডোয়ার্ড ব্রাউন. ৭৫ অধ্যাপক, জোয়ান কেলী, ৫৭ শিক্ষয়িত্রী। তাঁহার দ্বিতীয়া তাঁহার দ্বিতীয়। ইত্যাদি, ইত্যাদি।

আমাদের দেশেও বহু নজীর আছে।

আমার এক দাদা শ্বশুর ১৩০ বৎসর পর্যন্ত বয়স পান, চাচা শ্বশুর প্রায় ১০০ বৎসর। উভয়ই—বৃদ্ধ বয়সে একাধিক বিবাহ ও সন্তান লাভ করেন।

আমার অন্য এক দাদা শ্বশুর আশি বৎসর পর্যন্ত বাঁচেন। তাঁহার প্রথম স্ত্রী তাহার বাসনার তীব্রতা লক্ষ্য করিয়া নিজেই পর পর তিনটি সতীনের বন্দোবস্ত করেন। এক সঙ্গে

চার স্ত্রী ও চতুর্থা একেবারে ষোড়শী ছিলেন। শেষোক্ত এই মেয়েটি সন্তান প্রসব করিবার সময়ে মারা যায়।

এই পুস্তকে বিবৃতিকারী মিঃ আহাদ লিখেন—(১ম খণ্ডের ৫০নং প্রশ্নোত্তরে): "বহু বিবাহের দৃষ্টান্ত আমার বাবাই দেখাইয়াছেন। তিনি প্রায় ৯০ বৎসর বাঁচেন। শেষ বয়স পর্যন্ত স্বাস্থ্য অটুট রাখেন। ঘোড়ার পিঠ হইতে পড়িয়া যখম হন—অবশেষে প্রাণ হারান। তিনি পাঁচবার বিবাহ করেন। আমার মা (বিধবা এক পুত্র লইয়া) আসেন পঞ্চমা স্ত্রী হিসাবে তাঁহার প্রায় ৭৫ বৎসর বয়সে। আমি ও আমার তিন বোন জন্মাই—তাঁহার শেষ জীবনে। বহুদিন চার স্ত্রী এক সঙ্গেই রাখেন। তাঁহাদের মধ্যে একজন হিন্দু বিধবা ছিলেন। মুসলমান হন। দুই স্ত্রী মারা যাওয়ার পর আমার মা আসেন। এখন বুঝিতে পারি তিনি অসাধারণ রতিশক্তিশালী ছিলেন।"

অদ্ভুত উদাহরণের মধ্যে উল্লেখযোগ্য "বৃদ্ধ পার (Parr)—তিনি ৮০ বৎসর বয়সে প্রথম ও ১২০-তে দ্বিতীয় বার বিবাহ করেন। উভয় পক্ষ হইতেই বহু সন্তান জন্মে। তিনি ১৫২ বৎসর পর্যন্ত বাঁচেন। তিনি ১৪৮৩ খ্রীস্টাব্দে স্যালুপ এ (ইংল্যাণ্ড) জন্ম-গ্রহণ করেন।

প্রথমা থাকিতে থাকিতেই ১০০ বৎসর বয়সে পার সাহেবকে অন্য একটি নারী সম্ভোগে অভ্যস্ত পাওয়া যায়। ইহার জন্য গির্জার হুকুম মতে তাঁহাকে প্রায়শ্চিত্ত করিতে হয়।

১২০ বৎসর বয়সে প্রথমা স্ত্রী বিয়োগের ৮ বৎসর পরে তিনি আবার বিবাহ করেন এবং এবারেও সন্তান জন্ম দেন।

বার্ধক্যের সীমারেখা

আমাদের দেশে সরকারী চাকরির মেয়াদ ছিল ৫৫ ও আছে ৫৭ বৎসর। ঐ বয়সের পরে লোক কর্মক্ষম থাকে না বলিয়াই অনুমিত হইত। পাশ্চাত্য জগতেও ওরকম হয় ৬৫ বৎসরে। রতিক্ষমতার সীমারেখা টানা হইত সাধারণত মেয়েদের বেলায় ঋতুসংহারের (৫০) পর হইতে; পুরুষের বেলায় ৬০ হইতে। এইগুলি শুধু সাধারণ কথা; ব্যতিক্রম বহু। অসংখ্য যুবক নানা কারণে অসমর্থ হইয়া পড়ে; বহু তথাকথিত বৃদ্ধ পুরো না হইলেও যথেষ্ট রতিক্ষম থাকে। ব্যতিক্রমের কারণ বহুবিধ:

১। **বংশক্রম** (Heredity)—পিতামাতা সুস্থ, সবল ও রতিক্ষম থাকিলে কিছুটা সন্তানে বর্তে।

২। **সাধারণ স্বাস্থ্য**—ভাল শারীরিক স্বাস্থ্য যৌন ক্ষমতার উপরও প্রভাব বিস্তার করে। মানসিক উৎফুল্লতা, উদ্বেগহীনতা, আত্মবিশ্বাসও উহা করে।

'যৌন স্বাস্থ্য বিধি' কি করিয়া রক্ষা করা যায় এবং কেন পালন করা উচিত এইসবের

আলোচনা আমি এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে করিয়াছি। পাঠক-পাঠিকার ঐ আলোচনার দিকে দৃষ্টি আকর্ষণ করিতেছি।

যৌন-অঙ্গসমূহের ত্রুটি-বিচ্যুতি নানা রকম রোগ, বৈকল্য ও যৌনবিশৃঙ্খলার কথাও উভয় খণ্ডে বলা হইয়াছে ও প্রতিকারের সন্ধান দেওয়া হইয়াছে। প্রকৃত জ্ঞান লাভ ও সাবধানতা অবলম্বন অতি প্রয়োজনীয়।

বার্ধক্যে বাসনা হ্রাসের কারণসমূহ

১। পূর্বেই উল্লিখিত উপযুক্ত হরমোন সরবরাহে ঘাটতি। প্রতিকার ঃ নারী পুরুষের উপযুক্ত ডাক্তারের ব্যবস্থায় কৃত্রিম হরমোন ব্যবহার। দরকার না হইলেও খামাখা ওসব করা ক্ষতিকর।

২। একই স্ত্রীর সহিত একই ভাবে মিলনে একঘেয়েমি ও বিতৃষ্ণা। মাঝে মাঝে দেখা যায়, বৃদ্ধ বয়সে স্ত্রী-সম্ভোগে অপারগ বা অনিচ্ছুক ব্যক্তি সহসা কুমারী বা যুবতী-ভোগে সচল হইয়া উঠে। পক্ষান্তরে বৃদ্ধারও কিশোর বা যুবকের পিছু লওয়ার দৃষ্টান্ত দেখা যায়। প্রতিকার ঃ আলোচিত 'রতি সাধনা', 'মিলন কলা', 'আসন কলা' ইত্যাদি পন্থার মিলনে অভিনবত্ব আনয়ন।

৩। সাংসারিক, ব্যবসাগত, পেশাগত বা নেশাগত কর্মব্যস্ততা। প্রতিকার ঃ জীবনকে অযথা বিড়ম্বিত বা কণ্টকিত না করিয়া নিদ্রা, আহার, বিহার, কাজকর্ম ও আমোদ-প্রমোদের মাত্রা নির্ধারণ করিয়া চলা। পক্ষান্তরে, বৃদ্ধ বয়সে ছেলেমেয়েরা বড় হইয়া যাওয়ায় দম্পতির একের প্রতি অন্যের বেশী মনোযোগ দেওয়ার সুযোগ ঘটে। আমার বয়োজ্যেষ্ঠ এক প্রবীণ বন্ধু তাঁহার প্রৌঢ়া স্ত্রীকে এত ভালবাসেন ও তিনিও এত সম্ভ্রম ও সেবা-যত্ন করেন যে, একে অপরকে কয়েক ঘণ্টাও ছাড়িয়া থাকিতে পারেন না। যৌনমিলন বারে কমিয়া গেলেও অব্যাহত আছে এবং অঙ্গাঙ্গিভাবে একত্র শয়ন ছাড়া উভয়েরই নিদ্রা লোপ পায়। ধন্য এমন দম্পতি!

৪। শারীরিক ও মানসিক অস্বস্তি। প্রতিকার ঃ রোগ বৈকল্য ইত্যাদির জন্য উপযুক্ত ডাক্তারের শরণাপন্ন হওয়া। ঝাড়ফুঁক, তন্ত্রমন্ত্র, দোয়াতাবিজ, হাতুড়ে কবিরাজ, হাকিম ইত্যাদির ভরসা করিয়া বহু নরনারী অযথা অস্বস্তি বরণ করে।

পুরুষের প্রোস্টেট গ্রন্থি বা নারীর জরায়ু, ডিম্বাশয় সম্পর্কিত এমন অনেক গোলযোগ আছে যাহার জন্য অস্ত্রোপচারের দরকার হয়। উপযুক্ত ডাক্তার দিয়া উহা করাইয়া লওয়াই উচিত। চিকিৎসা-শাস্ত্র এখন এত উন্নত যে প্রায় সকল রোগেরই উপশম সম্ভবপর। মানসিক ভয়-ভীতি, উদ্বেগ দম্পতি জীবনকে তিক্ত ও কণ্টকিত করিয়া থাকে। এই সম্পর্কেও মনোচিকিৎসকের সাহায্য লওয়া উচিত। অনেক ক্ষেত্রে উদ্বেগ অমূলক থাকে। "বনের বাঘের চেয়ে মনের বাঘ" আরও ভয়ংকর।

আমার এক প্রবীণ বন্ধু নিজেই মনোবিজ্ঞানের অধ্যাপক ছিলেন। কিন্তু অদৃষ্টের পরিহাস—তাঁহার বৃদ্ধ বয়সে উদ্বেগ এত বাড়িয়া গিয়াছে যে ছেলে-মেয়ে, এমনকি সবল যুবক আত্মীয়ও বাড়ি হইতে বাহির হইলেই ফিরিয়া না আসা পর্যন্ত—কি হচ্ছে? কি হতে পারে? কি দুর্যোগে পড়ে? ইত্যাদি চিন্তা করিতে থাকিতেন।

ডেইল কার্নেগী (Dale Carnegie) কৃত How To Stop Worrying And Start Living—একটি অমূল্য বই।

৫। অতিমাত্রায় ভোজন, মদ্যপান বা অন্য প্রকার নেশা করা। এইসব বদভ্যাসেও অকাল-বার্ধক্য আসিতে ও সঙ্গে সঙ্গে বাসনা হ্রাস হইতে পারে। হৃদরোগে ভুগিলে যৌনক্রিয়া কতটা করা যাইতে পারে বা না পারে সে সম্পর্কে উপযুক্ত ডাক্তারের পরামর্শ গ্রহণ করিতে হইবে। একেবারেই যে বন্ধ করিতে হইবে এমন কথা নাই।

৬। অপারগতার ভয়। নারীরা সাধারণত ঋতুসংহারের পরে মুক্তি পায় আর মিলনে অক্ষমতার জায়গায় বরং আরও সক্ষম হয়। বিপদ হয় পুরুষকে লইয়া। 'পুরুষত্বহীনতা'র আলোচনায় আমি দেখাইয়াছি যে, শারীরিক কারণ হইতে মানসিক কারণই পুরুষের অপারগতার জন্য বেশী দায়ী।

প্রতিকারঃ ঐ দীর্ঘ আলোচনায় দেখুন। নারীকে সুখ প্রদানে মিলনকলারও দীর্ঘ আলোচনা করা হইয়াছে।*

৭। 'বীর্যক্ষয়ে আয়ু-হ্রাস' এই অমূলক ভয়। হাকিম, কবিরাজ এবং পুরাতন পণ্ডিতদের প্রচারণায় উক্ত ভয়ের সূচনা হইয়াছে এবং অজ্ঞতার দরুন আজিও রহিয়া গিয়াছে। জনৈকা পাঠিকা লিখেন, "আমার বৃদ্ধ স্বামী অপারগ নন—শুধু অনিচ্ছুক।

---

* Dr. Reuben has nicely consoled all males:

"There is no relation whatsoever between the size of the penis—length, diameter, or any other measurement—and the ability to produce sexual orgasm in the female. Almost every aspect of orgastic sensation in woman is concentrated in the accessible genital structures, that is, the clitoris, labia and related areas, This includes the lower one third of the vagina, in easy reach of nearly every post-adolescent penis. In sexual intercourse, as in every artistic endeavour, it is quality not quantity that counts"

Dr. Eichenlaub echoes: "Recent research studies have proved that neither men nor women need write 'finis' to their sex lives on the basis of age alone. Given confidence in their own sexuality and capability, full cooperation with intensive genital stimulation to build and sustain excitement, and freedom from substantial genital disorder, most husbands and wives can sustain mutually satisfying sex life into their sixties, seventies, and eighties. Couples do not wear out; they give up—and the reason they give up is tragic misunderstanding of how age affects the sex organs."

কারণ, তিনি বলেন, শুক্রক্ষয়ে আয়ু-হ্রাস হবে" বৃদ্ধের বেশী দিন বাঁচিবার আকাঙ্ক্ষা ভালই কিন্তু ও উদ্বেগ অমূলক।*

'ধারক সঙ্গম' সম্বন্ধে আলোচনা দেখুন। কিশোর, যুবক ও প্রৌঢ়ের পক্ষে রতিক্রিয়া আরম্ভ করিয়া শুক্রস্খালনের পূর্বেই বিযুক্ত হওয়া কষ্টকর ও ক্ষতিকর। বৃদ্ধ বয়সে ঐরূপ আচরণকে আমরা সমর্থন করি। আদরসোহাগের পর অঙ্গসংযোগ করিয়া আলাপ-আলোচনা করা বা বিশ্রাম করা এবং উত্তেজনা কমিলে শুক্রস্খালন না করিয়াই বিযুক্ত হওয়া সম্ভবপর ও ততটা আপত্তিজনক নয়। ইহাকে আমরা মিলন প্রমোদ বলিতে পারি। নারীও খুব উদ্দীপিতা না হইলে অনায়াসে এই ক্রীড়া উপভোগ করিবে। অবশ্য মাঝে মাঝে পূর্ণ মিলন আরও উপভোগ্য হইবে। মাঝে মাঝে শারীরিক ও মানসিক অবস্থা বৈকল্যের দরুন বৃদ্ধের লিঙ্গোত্থান বা উহার দৃঢ়তা কমিয়া পড়ে। ঐ অবস্থা ক্ষণস্থায়ী বলিয়া ভরসা রাখিতে হয়।

উত্তেজনার সঙ্গে সঙ্গেই লিঙ্গোত্থান ঘটে কিশোরের ও যুবকের এবং বহু প্রৌঢ়েরও। বৃদ্ধের অতটা না হওয়াই স্বাভাবিক।

নিদ্রাশেষে মূত্রথলি পূর্ণ হইলে শুক্রকোষের উপর প্রচাপ পড়ে। তখন এমনিতেই লিঙ্গোত্থান ঘটে।

ঐ সুযোগে স্ত্রী সম্ভোগ সহজ হয়। টেস্টোস্টেরোন প্রোপিওনেট নামক রাসায়নিক হরমোন ইনজেকশনে বা ঐ হরমোন ঘটিত মালিশ** লিঙ্গোত্থানে উপকার দেয়। কিছুকাল ব্যবহারের পর স্বাভাবিক অবস্থা ও মনের বল ফিরিয়া আসে।

আমার এক প্রৌঢ় বন্ধু (৫০) লেখেন : "আমার বাসনা ও রতিক্ষমতা এতকাল স্বাভাবিকই ছিল। শয্যায় অপারগতার কথা ভাবিওনি। হঠাৎ বুঝি, অঙ্গ নিস্তেজ হয়ে পড়ল। খুব ঘাবড়িয়ে গেলুম। হাকিম, কবিরাজ হালুয়া, সুরা, মালিশ দিলেন। বৃথা পয়সা খরচ! কৌতূহলের বশে এক বান্ধবীর ওপর ক্ষমতা পরীক্ষা করলুম। প্রথমবার উত্তেজনার দরুন কতকটা সফল হলুম। পরের বারে আবার সেই শৈথিল্য। আমার অঙ্গ, অণ্ডকোষ যেন শুকিয়ে যাচ্ছিল। মনে করলুম সব শেষ। কাজে মন বসত না। স্ত্রীও আশা ছেড়ে দিলেন।"

বন্ধুটি কতকটা ঠিকই ধরিয়াছিলেন। পুরুষের যৌন হরমোন টেস্টোস্টেরোন

* "Actually, it is recognised to-day that the emission of semen is no more of a loss than the expectoration of saliva. Both are quickly replaced by the body."

** 'সেক্সটোন স্ট্রং নামক উপকারী ও বহুপরীক্ষিত মালিশ ফামিলী ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস, জে. বি. ৩১ তোপখানা রোড, ঢাকা-২-তে পাওয়া যায়। চাহিলে তাঁহারা পরিচয়-পত্র পাঠান।

(Testosterone) সরবরাহ হয় বেশীর ভাগ অণ্ডকোষ হইতে আর কিছুটা অ্যাড্রেনাল গ্রন্থি হইতে। এই হরমোনই পুরুষের পুরুষালী যৌন বাসনা ক্ষমতার উৎস।

বেশী বয়সে অণ্ডকোষগুলির ক্রিয়া ধীমিত হইয়া আসে ও হরমোনের উৎপাদন কমিয়া আসে। ক্রমে লিঙ্গোত্থান ও দৃঢ়তা প্রাপ্তির ব্যাঘাত ঘটে। আরও একটি কথা। পুরুষের অ্যাড্রেনাল গ্রন্থি ইস্ট্রোজেন হরমোনও যোগায়। পুরুষালী ভাব ও মেয়েদের মেয়েলীভাব নির্ভর করে এই দুইটি হরমোনের ভারসাম্যের উপর। টেস্টোস্টেরোন কম হইলে ইস্ট্রোজেনের প্রভাব বাড়ে। ফলে, পুরুষের মেয়েলীভাবও দেখা দিতে পারে।

বন্ধুটি উপযুক্ত ডাক্তারের হাতে কয়েকটি টেস্টোস্টেরোন ইনজেক্শন লইয়া উপকার পান। তাঁহার লিঙ্গোত্থান ও উহার দৃঢ়তাপ্রাপ্তি ফিরিয়া আসে। হরমোনঘটিত ঔষধপত্রের সুদীর্ঘ আলোচনা আমরা পূর্বে এক অধ্যায়ে করিয়াছি। তবে আনাড়ী লোকের হাতে বা নিজে নিজে উহার ব্যবহার ক্ষতিকর হইতে বাধ্য।

আমার আর এক বয়োজ্যেষ্ঠ সুবিজ্ঞ বন্ধু (৭৫) লেখেন : "আমার বাসনা ও ক্ষমতা বয়স ধরিলে এখনও যথেষ্ট। ষাট বৎসরের পূর্বের ত কথাই নাই। স্ত্রীকেই বিরক্তিবোধ করাইতাম। স্বপ্নেও ভাবিতে পারিতাম না স্ত্রীর সান্নিধ্য ব্যতিরেকে থাকার কথা। স্ত্রী বিয়োগের দুর্ভাগ্য হইলে শত ভালবাসা সত্ত্বেও আমি পুনর্বিবাহ করিতে বাধ্য হইলাম। আমাদের একত্র শয়ন, শৃঙ্গারাদি রোজই চলে। আংশিক আঙ্গিক মিলনও প্রায় প্রায়ই আর উভয়ের পূর্ণ তৃপ্তিকর পূর্ণ মিলনও চৌদ্দ দিনে একবার অনায়াসে হয়।"

"মাঝে মাঝে শারীরিক ও মানসিক অবস্থা বৈকল্যে লিঙ্গোত্থানে ভাঁটা পড়ে তবে শেষ রাত্রের লিঙ্গোত্থানের সুযোগ গ্রহণ করি। কয়েকদিন সেক্সটোন স্ট্রং মালিশ করিলেই আবার স্বাভাবিক তেজ ও দৃঢ়তা ফিরিয়া আসে।"

"স্ত্রী সম্পূর্ণ সক্রিয় সহযোগিতা করায় তাহারও উপভোগ পুরোপুরি হয়।"

এমন দম্পতি বাস্তবিকই সৌভাগ্যবান। বৃদ্ধ বয়সে স্ত্রীকেও সহানুভূতি দেখাইতে হইবে। স্বামীর শৈথিল্যকে উপহাস বা তুচ্ছ-তাচ্ছিল্যকর মন্তব্যের বিষয়-বস্তু সৃষ্টি করিলে স্বামী আরও দুর্বল হইয়া পড়িবেন। শত ইনজেক্শন ও মালিশেও কাজে আসিবে না। স্ত্রীর অবহেলা ও দুর্ব্যবহারে অক্ষম হইয়া পড়ার দৃষ্টান্ত আমার ইঞ্জিনিয়ার বন্ধু। তাঁহার অকপট বর্ণনা সতেরো অধ্যায়ে পড়ুন।

প্রকৃত যৌন চর্চা

বৃদ্ধ-বৃদ্ধার যৌনচর্চা সম্পর্কে বহু গবেষণা হইয়াছে :

ডাঃ পার্ল ২৫৭ জনকে পরীক্ষা করিয়া লেখেন যে ৬০ হইতে ৭০ বৎসর বয়স্কদের প্রতি ১০ জনের মধ্যে ৪ জন প্রতি সপ্তাহে একবার করিয়া স্ত্রী সম্ভোগ করেন।

ডাঃ কিন্‌জের অনুসন্ধানের ফল এই যে, রতিক্ষমতা আস্তে আস্তে কমিতে থাকিলেও ধপ করিয়া লোপ পাইবার মত কোনও বয়সের খোঁজ পাওয়া যায় না।

ডাঃ কার্ল এম বোমান লেখেন যে, দাম্পত্য বিহার বৃদ্ধদের সতেজ রাখে এবং শতকরা প্রায় ৫০ জনই যৌনবাসনা অনুভব করেন। ডাঃ উলফ্ মন্তব্য করেন যে, ঋতু-সংহারের আগে নারীরা গর্ভভয়ে উদ্বিগ্ন থাকেন। উহার পর নিষ্কৃতি পাইয়া যেন উপভোগে বেশী সাড়া দেন।

সুলেখিকা ম্যাক্সিন ডেভিস লেখেন যে, ঋতুসংহারের পরে মেয়েদের জীবন আরও সুখের ও উদ্বেগহীন হয়, প্রীতি-প্রণয় বাড়ে ও যৌনবাসনাও সতেজ থাকে।*

বিখ্যাত 'সেক্সোলজী'—মাসিক পত্রিকার উদ্যোগে বড় রকম একটা তথ্য-তালাশী চলে। ৮০০-রও বেশী ৬৫ হইতে ৮০ বৎসরের উপর পর্যন্ত বৃদ্ধদের জিজ্ঞাসাবাদ করা হয়। তাঁহাদের উত্তরে জানা যায় যে ঃ

(১) বৃদ্ধ বয়সে যৌনবাসনা লোপ পাইয়াই থাকে এ কথা ঠিক নয় ; (২) ও রকম বয়সে রতিক্রিয়া লজ্জাকর বা অস্বাভাবিক এ কথাও ঠিক নয়। (৩) বৃদ্ধ বয়সে উহা লোপ পাইবেই এইরূপ উদ্বেগই ক্ষতিকর।

অভ্যাস বজায় রাখা উচিত

অনভ্যাসে শক্তি হ্রাস—এই কথা মনে রাখিয়া যৌনক্রীড়া ও ক্রিয়া যথাসামর্থ্য চালাইয়া যাওয়াই উচিত। উহা স্বামী-স্ত্রী উভয়েরই শরীর ও মনের পক্ষে উপকারী।**

---

*Maxine Davis writes : "The years after the menopause may well be the happiest ones in the whole of marriage when woman loves for the sake of love alone. Pleasure in sexual participation is diluted neither by fear of unwarranted pregnancy nor fear of disappointment in eagerly sought pregnancy that does not occur. The close of reproductive life has no effect on sex desire."

"Nothing in woman's life has changed except that two nuisances, menstruation and contraception, are part of the past.

** Dr. Reuben writes :

When does a person get too old for Sex ? Never. Because of their amazing resilience, the sexual organs don't wear out sexual intercourse is feasible (and desirable) until the day one departs for a better world."

"As a matter of fact, continued sexual interest and activity after the age of sixty can even be considered therapeutic."

উহাতে লজ্জার বিষয় কিছুই নাই। সন্তান জন্ম দেওয়া এক কথা আর প্রীতি-প্রণয়, আঙ্গিক সংযোগ, মিলন উপভোগ করা আর এক কথা।*

অবিবাহিত, অবিবাহিতা, মৃতদার ও বিধবাদের উপায়

আমরা ধনী, দরিদ্র সকলের জন্যই বিবাহ করা উচিত মনে করি। তবে বিশেষ বিশেষ কারণবশত বহু নর ও নারীর উহা সম্ভবপর হইয়া উঠে না। আবার বিবাহিত-দেরও একত্র বাসের সুযোগ না থাকিতে পারে। এইসব ক্ষেত্রে স্বয়ং মৈথুন করিয়া হইলেও যৌনযন্ত্রগুলির ক্রিয়া অব্যাহত রাখা উচিত।**

ডাঃ রিউবেন (ফুটনোটের উক্তিতে) ব্যঙ্গ করিয়া বলিয়াছেন, পাদ্রী (তথা মৌলবী, ব্রাহ্মণ) স্বয়ং মৈথুনকে পাপ ও ঘৃণা বলিয়া ফতোয়া দিলেও আবার নিজেরাও ও কর্ম করেন।

ডাঃ কিনজেদের অনুসন্ধানে দেখা যায়, বিধবাদের, অবিবাহিতদের, এমনকি নিঃসঙ্গ প্রৌঢ় ও বৃদ্ধাদের মধ্যেও স্বয়ং মৈথুনে বাসনার তৃপ্তি সাধন বহু ক্ষেত্রেই হইয়া থাকে। নিঃসঙ্গ বৃদ্ধ ও বৃদ্ধাদের পক্ষে উহা অপরিহার্য ও নিতান্ত সঙ্গত বলিয়াই যুক্তিবাদের রায় হওয়া উচিত।***

---

* Dr. Reuben further :

"It's hard to understand why. If it's decent for a couple to have intercourse when they are forty-five and indecent for the same people to do the same thing in the same way with the same genitals when they are seventy five some body's mixed up."

"Sex is one of the two renewable pleasures available to human beings. Each sexual experience can be just as enjoyable as the one before—the two thousand time can be as much as the second time. The other renewable pleasure is eating. A man of sixty can enjoy it as much as he did when he was sixteen—may be even more, since he has developed taste and discrimination. Just as there is no valid reason to give up eating at an arbitrary age, there is no reason to give up sex."

** Reuben again : "Unless the sexual nerve patterns are constantly reinforced after the sixth decade they may simply fade away."

"The body dosen't care how this reinforcement takes place. Henry's minister may not like it if Henry brings on his own orgasms but the minister surely can't suggest a better method of preserving sexual functions either. (Besides, ministers masturbate, too.)"

*** "It is to hoped", said Lester W. Dearborn, a pioneering marriage counsellor, "that those interested in the field of geriatrics will take into consideration the sexual needs of the ageing and encourage them to accept masturbations as a perfectly valid outlet when there is a need and other means of gratification are not available."

কৃত্রিম যন্ত্র ব্যবহার কাহারও কাহারও পক্ষে উপযোগী হইতে পারে। উহারও আলোচনা দেখুন।

রতি কৌশল ও কৃত্রিম যন্ত্র ব্যবহার: নারীর কামাবেগ বেশী হইলে তাহাকে তৃপ্তি দেওয়ার কৌশল আছে। ২৩৫—৩৬ পৃষ্ঠায় আলোচনা ও একটি ডাক্তারের হস্ত প্রয়োগে স্ত্রীকে তৃপ্তিদানের বি রণ দেখুন।

কৃত্রিম অঙ্গ ব্যবহার

কৃত্রিম লিঙ্গের ব্যবহার বহু পুরাতন কাল হইতে চলিয়া আসিতেছে। ব্যাবিলনের পুরাতন চিত্রাদিতে উহার সাক্ষাৎ পাওয়া যায়; বাইবেলে উহার উল্লেখ আছে। অ্যারিস্টোফেনস মাইলেসিয়ার নারীদের মধ্যে চামড়ার কৃত্রিম লিঙ্গের ক্রয়-বিক্রয়ের কথা উল্লেখ করিয়াছেন। মধ্যযুগের নানা পুস্তকে নানা দেশে বিধবা, সধবা, সন্ন্যাসিনী প্রমুখ কর্তৃক ইহার ব্যবহারের উল্লেখ আছে।

রবারের তৈয়ারী জিনিসে আবার গরম জল বা দুধ রাখিয়া পুরুষাঙ্গের অবিকল নকল করিবার এবং কতক ক্ষেত্রে অণ্ডকোষের মত থলি যোগ করিয়া আরও সাদৃশ্য স্থাপনের প্রচেষ্টাও হইয়াছে।

ফ্রান্সে রবারের তৈয়ারী স্ত্রী-অঙ্গও পাওয়া যায়। অর্ডার পাইলে পুরুষের পছন্দমত মাপের ও অবয়বের তৈয়ারী করা হয়। অবিবাহিত যুবকেরা বা ভ্রমণকারী সৌখীন লোকেরা ইহা ব্যবহার করিয়া তৃপ্তি পায়।

জাপান, হংকং ইত্যাদি জায়গায় পুরুষ ও নারী উভয়ের অঙ্গেরই নকল জিনিস পাওয়া যায়।*

মোটা কনডমের ২/৩টি একের উপরে অপরগুলি রাখিয়া উহাদের মধ্যে তুলাবেষ্টিত কাঠি রাখিয়া অল্প খরচে কৃত্রিম লিঙ্গ বানাইয়া লওয়া যায়। স্বামীর অসমাপ্ত বা অপূর্ণ মিলনের শেষে স্ত্রী স্বামীর সহযোগিতায় অথবা নিজে নিজেই উহা দ্বারা তৃপ্তি পাইতে পারেন।

নারীদের জন্য সক্রিয় অঙ্গ চালনা

আমরা পুরুষের রতিশক্তির সাধনা সম্পর্কে বহু কথা বলিয়াছি। এতদিন উহাকেই সক্রিয় অংশীদার মনে করা হইত। শুধু তাই নয়, কৈশোরে ও যৌবনে রতিক্ষম পুরুষ শুধু সক্রিয় নহে রীতিমত জোর-জবরদস্তিমূলক স্বীয় তৃপ্তি আদায়কারী গণ্য করা যাইতে পারে।

* অবিবাহিত ও অবিবাহিতাদের, চিরকুমার ও চিরকুমারীদের, মৃতদার পুরুষ ও বিধবা স্ত্রীদের অথবা বিচ্ছিন্নভাবে জীবনযাপন করিতে বাধ্য স্বামী ও স্ত্রীদের অমন কিছু ব্যবহার করিয়া কামনা নিবৃত্তি করার বিপক্ষে যুক্তিবাদী সদ্বিবেচকদের বিশেষ কিছু বলিবার নাই।

সলজ্জ নববিবাহিতা প্রায়ই পুরুষের চাহিদা মিটাইতে প্রাণান্ত ! নিজে দাবী পেশ করার সুযোগই পাইয়া উঠে না । পুরুষের পক্ষে সাধনার দরকার হয় মিলনকলার সুষ্ঠু সম্পাদনে ও মিলনকালের দৈর্ঘ্য বাড়াইয়া নারীর তৃপ্তিলাভ করাইতে । পুরুষের যৌনতেজ ও বিক্রম স্তিমিত হইয়া আসিতে আসিতে নারীর চাহিদা বাড়ে । শুধু তাহাই নয় । আজকালকার মেয়েরা যৌন পুস্তকাদি পড়িয়া নিজেদের তৃপ্তিলাভ সম্পর্কে আগেই সজাগ হইয়া থাকে । এবং হওয়াও উচিত ।*

স্ত্রীকে নিশ্চল পড়িয়া না থাকিয়া মিলনে সক্রিয় সহযোগিতা করিতে হইবে । কিসে তাহার ভাল লাগে, কি ভাবে অসুবিধা হইতেছে, কখন স্বামীকে তাড়াতাড়ি শেষ করিয়া নিষ্কৃতি দিবার কথা বলিতে হইবে, কখন ধৈর্য ধরিবা আরও কিছুকাল ক্রিয়া চালাইয়া যাইতে বলিতে হইবে, কোন্ আসন পছন্দসই, কিভাবে অঙ্গ সঞ্চালন করিতে হইবে এবং সঙ্গমশেষেও শৃঙ্গারের সাহায্যে তাহার সন্তোষ সম্পাদন করিতে হইবে কি না তাহা খোলাখুলিভাবে আলোচনা করিতে হইবে ।** বৃদ্ধাদের পক্ষে ত আরও দরকার। বৃদ্ধের তেজ ও বিক্রমের অনুপাতে তাহাদের অনায়াসে সম্পাদ্য ক্রিয়া হইতে নিজেদেরও পুরুষের মত খানিকটা অঙ্গ সঙ্কোচন-প্রসারণ অভ্যাস করা ভাল । ডাঃ কেগেল (Kegel) এই সম্পর্কে ভাল উপদেশ দিয়াছেন। তাঁহার মতে নারীরা ইচ্ছামত যোনি প্রাচীরের পেশীগুলি সঙ্কোচন প্রসারণ করিতে শিখিলে নিজেরাও মিলনে তৃপ্তি বেশী পাইতে পারে এবং স্বামীকেও দিতে পারে ।

সাধারণত মল ও মূত্রবেগ থামাইয়া রাখিতে যে ভাবে ঐ সব পেশীর সঙ্কোচন করা হয় ঐরূপ অভ্যাস করিতে হয়। অনেক মেয়েই অজ্ঞাতসারে ও রকম করিলেও জ্ঞাতসারেও যে পারা যায় একথা জানে না বা খেয়াল করে না ।

এইজন্য ডাঃ কেগেল 'পেরিনিও মিটার' (Perineo Meter) বলিয়া একটি যন্ত্রও আবিষ্কার করিয়াছেন ! যন্ত্রটি রবারের একটা খাপ বিশেষ (৩″ × ১″)—উহার সহিত

---

* Dr Reuben's excellent advice. "One good place to start is repealing the unwritten law that men must take the sexual initiative. During the past hundred years women have made great political advances—it is about time for them to approach sexual equality too Even in bed a wife should let her husband know what she wants and how she wants it. It helps a man to perform better if he is sure he is gratifying his partner."

** একজন সুবিজ্ঞ লেখক মন্তব্য করিয়াছেন : "It is now clear that for most women the seat of stimulation and orgasm, all their lives, is the clitoris and inner labia rather than the vagina, and that a man can bring almost any female to complete orgasm through non-coital manipulation if he cannot do so during coitus."

একটি নল দিয়া একটা রক্ত নিয়ামক (Blood-pressure) মিটারের মত মিটার সংযুক্ত থাকে। খাপটা যোনিমধ্যে প্রবেশ করাইয়া নারীকে চাপ দিতে ও কয়েকবারে আস্তে আস্তে চাপ বাড়াইতে বলা হয়। যন্ত্র ছাড়াও নিজে নিজে দিন ও রাতে অবসর মতে ৩ ৪ বার কয়েক মিনিটের জন্য ঐরূপ প্রচাপ দিবার চেষ্টা করিতে পারে। যে কোনও বয়সের নারী এই অনুশীলন করিতে পারে ও কয়েক সপ্তাহ বা মাসের মধ্যেই অঙ্গ সঞ্চালনে পারদর্শী হইয়া উঠিতে পারে।

মোট-কথা

মোট কথা, বয়স বৃদ্ধির সঙ্গে কামনার কিছুটা লাঘব স্বাভাবিক কিন্তু আত্মবিশ্বাস হারাইতে নাই।*

কিনজে, জন মাস্টার্স প্রমুখ গবেষকগণ বলেন যে, যৌন-মিলনের নিয়মিত অভ্যাস রাখিয়া যাওয়াই উচিত।** লেখকের, তাঁহার আত্মীয়-বন্ধু-বান্ধবীর অনেকেরই অভিজ্ঞতাও তাই।

---

* Jerome Julie Rainer observe forcefully :

"Let it be stated with finality : There is no inescapable biological event that marks the end of pleasurable sexual excepting death itself. Neither the female menopause nor the alleged male climacteric ring can write the word "finis" to the sexual drama of husband and wife. There is no stage manager, charged by inexorable nature, to down the curtain of amorous activity, of potency and real desire, at any predestined age. The factors causing termination of activity are many, but menopause and the fictitious male climacteric are certainly not among them."

** "Regularity of sexual expression is also the key to sexual responsiveness in the ageing male."

× × ×

"There is no time limit drawn by the advancing years for female sexuality"; and for the male, too, there is, under favourable physical and emotional conditions. "a capacity for sexual performance that frequently may extend beyond the eighty-year age level."—Masters.

॥ উনিশ ॥

রতি—প্রকৃতি, রুচি, শক্তি, দৌর্বল্য প্রভৃতি সম্পর্কে তথ্যাদির সংক্ষিপ্ত পুনরালোচনা

তথ্যাহরণ ও বিশ্লেষণ*

জটিল বিষয়সমূহে তথ্যাহরণ কষ্টসাধ্য। যৌন বিষয়ে উহা আরও দুরূহ। হাজার হাজার বৎসর পর্যন্ত যৌন বিষয়ে জিজ্ঞাসাবাদ করাটা অসাধু ধৃষ্টতা বলিয়া গণ্য হইত। সাধারণ লোকেরা মনে করিত, ও বিষয়ে আলোচনা লজ্জাকর, ঘৃণ্য, পাপজনক।

অথচ, অন্যান্য বহু জীবের ন্যায় মানুষের মধ্যেও বংশবিস্তার নরনারীর যৌনমিলনের ফলেই হইয়া থাকে। বোধ হয়, প্রকৃতিদত্ত যৌনকামনা সেইজন্যই সার্বজনীন এবং অত্যন্ত সতেজ।

মানবেতর জীবজন্তুদের বেলায় সংস্কারগত ভাবনা ধারণার বালাই নাই। জন্মগত প্রবৃত্তি উহাদেরকে তাড়না যোগায়, চালনা করে। থাকা, খাওয়া, চলাফেরা, পারস্পরিক মেলামেশা, যৌন আচরণ—এইসব যন্ত্র চালিতের মতই হয়। উপযুক্ত বয়সে ভিন্ন লিঙ্গের প্রাণীর সঙ্গে অবাধ মিলন হয়। সম্বন্ধবিচার বা রুচিগত বাছাবাছির বালাই নাই। বংশ-বৃদ্ধি হইতে থাকে অবাধে। মরে ও মরিতে থাকে উহারা কালে-অকালে।

মানুষও প্রকৃতিদত্ত শরীর ও মন লইয়া বাঁচিয়া থাকে। প্রবৃত্তি তাহাদেরকে তাড়না দেয়, চালনা করে। তবে, জ্ঞান-বুদ্ধি খাটাইয়া নিজেদের শরীর ও মন সম্পর্কে তাহারা নানা ধারণা পোষণ করে, বহু অজানা তথ্য আবিষ্কার করে।

জ্ঞান-বুদ্ধির ক্রমবর্ধমান বিবর্তনে নিজেদের ও পারিপার্শ্বিক জগতে বহু বিষয়ে দেখিয়া, শুনিয়া, শিখিয়া প্রত্যক্ষ ও পরোক্ষ পরিচয় তাহারা পাইতে থাকে। জন্মমৃত্যু,

---

* জনাব আবুল হাসানাৎ সাহেবের পরিচালিত গবেষকেরা পরিবার মঙ্গল ও যৌনতথ্য বিষয়ক বহু জিজ্ঞাসার উত্তর দিয়া থাকেন। তাঁহার বিখ্যাত যৌনবিজ্ঞান সিরিজের 'যৌনবিজ্ঞান', 'বিবাহ মঙ্গল', 'মাতৃমঙ্গল', 'শিশুমঙ্গল', 'জন্মনিয়ন্ত্রণ', 'কাজের কথা' ইত্যাদি বাংলা ও বিভিন্ন ভাষার সংস্করণগুলিতে সংযোজিত প্রশ্ন আলোচিত সমস্যার প্রেক্ষিতে তাঁহাদেরকে অসংখ্য চিঠিপত্রের আদান-প্রদান করিতে হয়।

তাঁহাদের সঙ্গে যোগাযোগের সহজ নিয়ম :—যথেষ্ট মার্জিন ও লাইনে লাইনে ফাঁক রাখিয়া পত্রে জিজ্ঞাসা, সমস্যা ও বিষয়বস্তুর উল্লেখ।

চাহিলে, বিনামূল্যে তাঁহাদের ক্যাটালগ পাঠানো হয়।

• প্রেরকের অকপট পরিচয় বাঞ্ছনীয়। নাম-ধাম গোপন রাখা হয়।

গবেষকবৃন্দ

ফ্যামিলী ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস, রেজি.,

৩১, তোপখানা রোড,

ঢাকা-২।

বংশবৃদ্ধি, রতিশক্তিবর্ধন, সংরক্ষণ ইত্যাদি সম্পর্কে তাহাদের কৌতূহল ও জিজ্ঞাসা নিরস্ত হয় নাই। বরং আজকাল অকপটে তথ্যাদির আদান-প্রদান সভ্যজগতের সর্বত্রই প্রচলিত।

সুদূর পশ্চাতে দৃষ্টি ফিরাইলে দেখা যাইবে, যৌন বিষয়ে বিধি-নিষেধের দরকার হইল যৌনবৃত্তির তীব্রতা ও ব্যাপকতার দরুন ও অবাধ আচরণে মানবসমাজে বিশৃংখলার সম্ভাবনায়। তাই, ধর্মপ্রচারকেরা যৌনবৃত্তি নিয়ন্ত্রণে লাগিয়া গেলেন। বিবাহ প্রথার প্রবর্তন হইল, আর উহার উপরে হইল নানাবিধ বিধি-নিষেধের আরোপ। যৌন বিষয়ে কি করা উচিত, কি অনুচিত, পাপ-পুণ্য, হালাল-হারামের নির্দেশ দিলেন তাঁহারা। তাঁহাদের উক্তি বা নির্দেশ তৎকালীন সমাজের পক্ষে সদিচ্ছাপ্রণোদিত ও মূল্যবানই ছিল।

কিন্তু তাই বলিয়া, তাঁহাদের সকল উক্তিই অকাট্য, সকল তথ্যই নির্ভুল বা সকল নির্দেশই পালনযোগ্য, একথা এখানকার জ্ঞান-বিজ্ঞানে আলোকিত মানবমন আর মানিতে চাহে না। শুধু সরলবিশ্বাসী গোঁড়া ধর্মবাদীরা নিজেদের ধারণাপুঁজি আঁকড়াইয়া ধরিয়া আছেন। যক্ষের ধনের মত।

উক্ত লোকের জ্ঞানচ্ছটা হিসাবে গণ্য ধর্মগ্রন্থানুমোদিত বিশ্বাস ও আচার প্রথার তুলনামূলক সমালোচনা করিলেই দেখা যাইবে, কত উদ্ভট, এমনকি ঘৃণ্য ধারণা মানবমনে বাসা বাঁধিয়া বসিয়া আছে, কত অনিষ্টকর আচরণ মানুষ করিয়া আসিতেছে ও এখনও করিতেছে। যৌন ব্যাপারে কুপ্রথা হিসাবে চলিয়া আসিয়াছে জাতিভেদ, ক্রীতদাস প্রথা, দেবদাসীপ্রথা, বাঁদী সম্ভোগের অবাধ অনুমতি, বাল্যবিবাহ, বহুবিবাহ, মুখের কথায় স্ত্রীত্যাগের ক্ষমতা, অবিচ্ছেদ্য বিবাহ বন্ধন, সতীদাহ, বিধবা নির্যাতন প্রভৃতি।

বিজ্ঞানের মতে, সাধুসজ্জনেরা ইচ্ছা করিয়া প্রতারণা করেন নাই। তাঁহাদের যুগে মনোবিজ্ঞানের পত্তনই হয় নাই। বিশ্বজগৎ ও মানুষের শরীর মন সম্পর্কে জ্ঞান ছিল অতি সামান্য। তাই ভক্তিবিহ্বল মনের আকুলি-বিকুলি, ভয়বিহ্বল মনের উদ্বেগ, উৎকণ্ঠা ও সমাজ সংস্কারের অত্যুৎসাহ ভগবান-ভগবতী, দেব-দেবী, জেহোবা-খোদার উক্তি, আদেশ-নির্দেশের রূপ পাইয়াছে।

কিছু গোঁড়া, সাধু-পণ্ডিতদের চেতন, অবচেতন ও অচেতন মনের কারসাজিতে বহু ভুলের সূচনা হইয়াছে। উহার উপরে কাজ করিয়াছে, (১) সবাইকে মানুষের মত ক্রোধ ও হিংসার বশবর্তী, তোষামোদপ্রিয়, প্রিয়জনের পক্ষপাতী মনে করা (২) অল্প দৃষ্টান্তকেই যথেষ্ট মনে করা (৩) অযৌক্তিক কারণ-পরম্পরা নির্ধারণ (৪) গুরুজন-বাক্য বা তথাকথিত ঐশী বার্তার দোহাইকে অকাট্য মনে করা (৫) অন্ধ অনুকরণ ও অনুসরণ এবং (৬) ভুল পরখ করিবার মত যন্ত্রপাতি ও বিশ্লেষণ-পদ্ধতির আবিষ্কার না হওয়া।

যৌন সম্পর্কীয় ভুল ধারণা, কুসংস্কার ও কুপ্রথারও তাই সীমা নাই। সেগুলিকে

খণ্ডন করিয়া না দেখাইলে গতানুগতিকভাবে ঐগুলি মানুষের জীবন কণ্টকিত করিয়া রাখিবে।

দৃষ্টান্তস্বরূপ আমরা একজন রাজার কথা উল্লেখ করিতেছি। কোনও সাধু আসিয়া তাঁহার কাছে দর্শন দিলেন, হিতাকাঙ্ক্ষী হিসাবে সর্বাঙ্গীণ খবরাখবর সংগ্রহ করিলেন, জানিতে পারিলেন রাজরাণী গর্ভবতী। সন্তান সম্ভাবনায় সমস্ত রাজপ্রাসাদ উল্লসিত। সাধু বিজ্ঞজনোচিত উপদেশ ছাড়লেন, "মহারাজ একটি কথা আপনার কাছে না বলে পারছি না। গর্ভস্থ সন্তান পরিপুষ্টি লাভ করে পুরুষের শুক্র পরিমাপে। যত শুক্র মহারাণী গ্রহণ করবেন ততই সন্তান হৃষ্টপুষ্ট, পরিপূর্ণ অঙ্গ-প্রত্যঙ্গশালী ও সুস্থ হবে।"

অথচ, আমরা এখন জানি, কোটি কোটির মধ্যে মাত্র একটি শুক্রকীটই গর্ভাধানে যথেষ্ট।

রাজা সরল বিশ্বাসে লাগিয়া গেলেন যৌনমিলনের মাত্রা বাড়াইতে ও সুস্থ-সবল যুবকদের নিয়োগ করিয়া শুক্র সরবরাহ করিতে। রাণীর উপর হইল অত্যাচার কিন্তু তিনি সম্মত হইলেন পরিপূর্ণ সবলকাম সন্তান কামনায়।

ঐ রাজা ও রাণীর মতই সরলবিশ্বাসী অসংখ্য নরনারী যৌন বিষয়ে অসাধু প্রতারক অথবা মূর্খ অর্ধজ্ঞানী সাধু ফকিরের শিকারে পরিণত হইয়া দুর্ভোগের ভাগী হয়।

বাস্তব হইতে লওয়া

যৌন ব্যাপারে আমার কৌতূহল ও অনুসন্ধানের উৎসাহ জাগে বিরাট প্রাচ্য জ্ঞান-ভাণ্ডার ঘাটিয়া ঘাটিয়া। আমি আরবী, ফারসী, উর্দু, সংস্কৃত ও বাংলার জ্ঞানসম্ভার মন্থন করার মত যথেষ্ট ভাষাজ্ঞান আয়ত্ত করিবার সঙ্গে সঙ্গে যৌনসম্পর্কে তথ্যাদি আহরণ করিতে শুরু করিয়াছিলাম। পুরাতন রতিশাস্ত্র ও আরবী, ফারসী, উর্দু কেতাব ও পাণ্ডুলিপিতে বহু তথ্যাদিও পাইলাম। কিন্তু পরে আধুনিক ইউরোপ আমেরিকার যুক্তিবাদী, বৈজ্ঞানিক আলোচনার মাধ্যমে হইল অর্জিত জ্ঞানের বৃদ্ধি ও পরিপূরণ।

এখন হইয়াছে এই সান্ত্বনা প্রাচ্য, পাশ্চাত্য, পুরাতন, আধুনিক সকল গবেষক, তথ্য পরিবেশকই আমাদের সম্মানের পাত্র। তবে পুরাতন লেখক প্রচারকদের জ্ঞান ছিল সীমাবদ্ধ, গবেষণার যন্ত্র-সরঞ্জামও ছিল যৎসামান্য। তাই তাঁহাদের ভুল ধারণা, ত্রুটি-বিচ্যুতি হইয়াছে যথেষ্ট। তাঁহাদের অনিচ্ছাকৃত ভুলত্রুটি অপরাধ নহে ঃ অপরাধ আমাদের, যদি আমরা অযথা ঐগুলিকে আঁকড়াইয়া থাকি।

যৌন বিষয়ে ও অন্যান্য সকল বিষয়েই একই সমস্যা। শুধু সর্বশেষ তথ্য যোগাইলে হইবে না। আগেকার ভুল ভাঙ্গাইতে হইবে নিতান্ত অপ্রিয় সমালোচনা করিয়াও। ভুল ধারণা ও কুসংস্কার দূর হয় খণ্ডনে।

যৌনবৃত্তি ও আচরণ সম্পর্কে বড় বড় ভুল ও সমস্যার সংক্ষিপ্ত পুনরালোচনা

যৌনবিশ্বকোষ সিরিজে আমার 'যৌনবিজ্ঞান' ৩ খণ্ড, 'বিবাহ মঙ্গল', 'জন্মনিয়ন্ত্রণ', 'অনায়াসে জন্মনিয়ন্ত্রণ', 'Ideal Family Planning', 'Happy Marriage'; 'শিশুমঙ্গল'. 'কাজের কথা' ইত্যাদি বইগুলিতে মানবমনের যৌন-বিষয়ক ভুল ধারণা, কুসংস্কার, ক্ষতিকর আচরণের অসংখ্য উল্লেখ ও যথাসাধ্য খণ্ডন-সংশোধনের চেষ্টা করা হইয়াছে। বহু সমস্যারও সমাধানের ইঙ্গিত দেওয়া হইয়াছে। এই প্রচেষ্টাকে আমি আমার সারা জীবনের প্রধান একটি সাধনা বলিয়াই মনে করি।

এবার জীবনের সায়াহ্নে খানিকটা পুনরুল্লেখ করিয়া পাঠক-পাঠিকাকে সতর্ক ও সচেতন করিয়া দিবার আবশ্যকতা বোধ করিতেছি।

উপরোক্ত বইগুলির নূতন নূতন সংস্করণ হইতেছে। তাই ঐগুলিতে পৃষ্ঠাসংখ্যায় সামান্য ব্যতিক্রম হইতে পারে।

মানবজন্মের গোড়ার কথা

ইহুদীদের ধর্মগ্রন্থের প্রথম অধ্যায়েই মানবজাতির সূত্রপাতের একটা আজগুবি বর্ণনা দেওয়া হইয়াছে। সদাপ্রভু জেহোভা যেন সহসা জাগিয়া উঠিয়া বিশ্বব্রহ্মাণ্ড সৃষ্টি করিতে লাগিয়া গেলেন—আকাশ-পাতাল, জল, স্থল, সূর্য, চন্দ্র, জীব, জন্তু সৃজন করিয়া ষষ্ঠ দিনে নিজ মূর্তিতে বানাইলেন আদমকে ও অপরাপর সৃষ্টজীবের উপর কর্তৃত্ব দিলেন।

আদমকে ইডেনের পূর্বদিকের একটা বাগান বা খামারের মালী বা চাষী নিযুক্ত করিলেন কিন্তু বিশেষ একটি গাছের ফল খাইতে নিষেধ করিলেন।

বিবরণের অন্যত্র প্রকাশ, আদমের নিঃসঙ্গতা দূর করিবার জন্য তিনি তাঁহাকে ঘুম পাড়াইয়া তাঁহার পঞ্জরাস্থি উপড়াইয়া বাহির করিয়া উহা দিয়া বিবি হাওয়াকে (Eve) বানাইলেন। তাঁহারা নাকি উলঙ্গ ও লজ্জাবোধহীন হইলেন।

সুচতুর সাপের উস্কানিতে নাকি হাওয়া নিষিদ্ধ ফল খাইলেন ও আদমকে খাওয়াইলেন। ফলে সদাপ্রভু ক্রুদ্ধ হইয়া তিনজনকেই চরম শাস্তি দিলেন।

আদমের পত্নীকে নাকি তিনি বলিলেন, "তোমার দুঃখ বাড়াব, তোমার গর্ভদান দুঃখজনক হবে, দারুণ কষ্টে তুমি সন্তান জন্ম দিবে। তুমি স্বামীর প্রতি আসক্ত থাকবে ও সে তোমার ওপরে প্রভুত্ব করবে।"

এই কাহিনীটি সেমেটিক গোষ্ঠীতে প্রচলিত থাকে ও আদি পুস্তক (Old Testament) হইতে নব বিধান (New Testament) ও পরবর্তী কেতাব-পুঁথিতে সামান্য রদবদল সহ প্রকাশ পায়।

ইহুদী-খ্রীস্টান ধর্মযাজক ও পণ্ডিতেরা হিসাব-নিকাশ করিয়া এই সৃজনকাহিনীর সন-তারিখ নির্ধারণ করিয়া খ্রীস্টপূর্ব ৪০০৪ সাল ধার্য করেন ও বাইবেলে ঘটনাপঞ্জী ও সন-তারিখ ঐ হিসাবে উল্লেখিত হয়।

আশ্চর্যের বিষয়, জগতের অ-সেমিটিক আর্য, অনার্য, চৈনিক, গ্রীক, রোমিও প্রভৃতি প্রাচ্য-পাশ্চাত্যের অপরাপর গোষ্ঠীদের শাস্ত্র-পুরাণে, বই-পুস্তকে, কেচ্ছা-কাহিনীতে ঐ রকম কাহিনীর কণামাত্র নাই। একমাত্র আদি ঠাকুরদাদা-দাদীর কথা এত সব সন্তানের কাছে অজানা রহিল কি করিয়া?

ঐ আজগুবি কেচ্ছাকে আমরা প্রাচীন সেমিটিক পণ্ডিতদের অমূলক অনুমানপ্রসূত সৃষ্টিতথ্য বলিব। ও রকম, এমনকি, ওর চাইতেও উদ্ভট বেচ্ছা-কাহিনী অপরাপর গোষ্ঠীর শাস্ত্র পুরাণে জায়গা পাইয়াছে।

প্রাচীন মুনি, ঋষি, পীর, পয়গম্বর, পণ্ডিত, মহাজন অল্প জ্ঞানে ধ্যান, ধারণা, অনুমান, সন্ধান করিয়া অভিমত প্রকাশ করিতেন।

তাঁহারা ভুল বুঝিয়া বা ভাবিয়া ঈশ্বর-ভগবান, জেহোভা-খোদার দোহাই পাড়িতেন। বিশ্বাসপ্রবণ লোকেরা প্রকৃত তথ্যের সন্ধান না পাইয়া মানিয়া লইত।

সর্বজ্ঞানী বিধাতা তাঁহারই সৃজনকাহিনী বর্ণনা করিয়া থাকিলে সারা জগতে উহা একই মর্মে প্রকাশ পাইত। পরস্পরবিরোধী মতামতের জগাখিচুড়ি হইত না।

অন্যান্য অসার কাহিনীর মত বাইবেলের কাহিনীও বালসুলভ। হাওয়া বিবি সাপের বা শয়তানের প্ররোচনায় ভুল করিয়া থাকিলেও তাঁহার দূর-দূরান্ত কালের নিরপরাধী মেয়েরা শাস্তির ভাগী হইবে কেন? কোটি কোটি স্তন্যপায়ী জীবজন্তুর মাদী জীবেরা গর্ভধারণের কষ্ট ও প্রসবের দুর্ভোগ পোহাইবে কেন?

আমরা ঐ কেচ্ছাটার বিশ্লেষণ ও সমালোচনা করিয়াছি 'কাজের কথা'য় 'বিশ্বসৃষ্টির অলীক কাহিনী' শীর্ষক আলোচনায় (৮৮—৯০)।

আধুনিক বিজ্ঞানে বিশ্বের বয়স বহু কোটি কোটি বৎসর বলিয়া প্রমাণ পাইয়াছে। সেমিটিক মতবাদের কয়েক হাজার বৎসর মাত্র একেবারে হাস্যকর কথা।

কেবলমাত্র মানুষেরই পূর্বপুরুষের সন্ধান মিলিয়াছে কয়েক লক্ষ বৎসর আগে।

আজকালকার বিজ্ঞানজগৎ মনে করে মানুষজাতির বিবর্তন ঘটিয়াছে জন্তুজগৎ হইতে।

ডারউইন প্রমুখ জীব বৈজ্ঞানিকেরা 'ক্রমবিবর্তন মতবাদ' (Evolution Theory) প্রচার করেন। 'কাজের কথা'য় ৩৬৪—৬৭ পৃষ্ঠায় উহার ব্যাখ্যা পড়ুন। H. G. Wells-এর Science of Life পুস্তকে সচিত্র ব্যাখ্যা আছে।

নানা ধর্মমতের 'বিশেষ সৃষ্টিবাদ' (Special Creation Theory) এখন একেবারে অচল।

মানুষ বানর জাতীয় কোনও জন্তুরই উন্নত সংস্করণ। ভবিষ্যতে সে আরও বুদ্ধি-কৌশলের মালিক হইবে। আবার কুবুদ্ধি ও অপকৌশলের মাধ্যমে একেবারে বিলোপও পাইতে পারে।

ভুল ধারণার উদ্ভট পরিণতি

প্রাচীন পণ্ডিত ও মহাপুরুষেরাই মাথা খাটাইয়া বিশ্বব্রহ্মাণ্ড ও মানবসমাজ সম্পর্কে সদিচ্ছা লইয়াই নানা মতামত প্রকাশ করিতেন। না করিয়া উপায় ছিল না। অল্পবুদ্ধি লোকেরা জানিতে চাহিত আর তাঁহাদের জ্ঞান বুদ্ধিতে যাহা যোগাইত তাহাই বলিতেন। বিশ্বাসপ্রবণ লোকেরা শ্রদ্ধাভরে তাহা মানিয়া লইত।

ধর্মপ্রবর্তকেরা কেহ কেহ আবার ঐশীবাণী বা ঊর্ধ্বলোকের প্রেরণাপ্রসূত বলিয়া নিজেদের মতামত দৃঢ়তার সঙ্গে প্রকাশ করিতেন। বোধ হয় বিশ্বাসও করিতেন ঐ কথা। অপরেরা বিদ্রূপ, প্রতিবাদ করিলেও ভক্তের অটল বিশ্বাসী বনিয়া যাইতেন ও থাকিতেন।

তাই ভিন্ন ভিন্ন গোষ্ঠীতে নানা ভুল, ভুয়া ধ্যান-ধারণা, বিধি-ব্যবস্থা, আচার-ব্যবহার প্রচলিত আছে।

সেমিটিক জাতির মতবাদের জেহোভা-বিধাতার সৃজন কাহিনীতে পুরুষ প্রাধান্য ও নারী-দুর্ভোগ জায়গা পাইয়াছে। তেমনই আবার বহুকাল হইতে পুরুষ প্রাধান্য বজায় থাকায় পুরুষপ্রবর্তিত ধর্মমতে নারীর প্রতি সুবিচার হয় নাই। বাল্যবিবাহ, বহুবিবাহ, বিধবা-বিবাহে আপত্তি, দেবদাসীপ্রথা, দাসীসম্ভোগ প্রথা, পুরুষের অবাধ তালাকের ক্ষমতা, সতীদাহ প্রভৃতি প্রথা জগতের নানা জায়গায় ছড়াইয়া আছে।

যৌনব্যাপারকে ঘৃণ্য ও নোংরা মনে করা

নানা ধর্ম ও সমাজে যৌনব্যাপারকে নোংরা ও অপবিত্রতাসূচক মনে করা হয়। সেমিটিক গোষ্ঠীর ধর্মমতগুলিরই জগতে অনুচর বেশী। তাঁহাদেরই ধর্ম পুস্তকে যৌন-ক্রিয়াকে নোংরা, নাপাক, অপবিত্রতাসূচক বলিয়া আখ্যা দেওয়া হইয়াছে।

"Behold I was shapen in inequity, and in sin did my mother conceive me", অর্থাৎ "দেখ, আমি পাপের মধ্যে গড়ে উঠেছি ; আমার মা পাপের মধ্যেই আমাকে গর্ভে ধারণ করেছেন," বাইবেলের এই অমূলক উক্তি মানবজগতে যে কত অকল্যাণকর মনোভাবের মূলে রহিয়াছে তাঁহার ইয়ত্তা নাই!

সারা জীবজগতের প্রধান জন্মপ্রকরণ ও বংশরক্ষার প্রণালী এক।

নিতান্ত স্বাভাবিক ও একান্ত উপাদেয় যৌনক্রিয়ার সঙ্গেই উহা সংশ্লিষ্ট। উহাকে নোংরা, ঘৃণ্য বা নাপাক মনে করার কোনই যুক্তিসঙ্গত কারণ নাই।

সারা বিশ্বের নর-নারী—বিশেষ করিয়া মাতা ও শিশু—বাইবেলের ঐ বিরূপ উক্তির প্রতিবাদ করিবে। ধর্মান্ধ মূর্খদের কথা স্বতন্ত্র।

শুক্রস্খলন ও পবিত্রতা

শুক্রস্খলন অপবিত্রতা সূচনা করে বলিয়া ইহুদী, খ্রীস্টান, মুসলমান, হিন্দু ও অপরাপর বহু গোষ্ঠী মনে করেন।

বাইবেলের অসার উক্তি হইতে এ কথাও সুস্পষ্ট।

"যদি পুরুষের শুক্রস্খলন হয় তাহা হইলে সে সমস্ত শরীর ধুইয়া ফেলিবে, তাহা না করা পর্যন্ত সে অপবিত্র থাকিবে। আর যে সকল কাপড় বা চামড়ায় শুক্র লাগিবে তাহা জলে ধুইয়া ফেলিবে; তাহা না করা পর্যন্ত উহা অপবিত্র থাকিবে।"—বাইবেল।

অনিচ্ছাকৃত বা অজ্ঞাতসারে (যেমন স্বপ্নদোষে) শুক্রস্খলন হইলেও অপবিত্রতা সূচিত হইবে—ইহা কেমন কথা?

এই সম্পর্কে আলোচনা দেখুন যৌনবিজ্ঞান (১ম খণ্ড ৩৬ ও ২য় খণ্ড ১১৮—১১৯)।

নানা ধর্ম ইহুদীদের অনুকরণে বা একে অপরের সমর্থনে বা নিজস্ব খেয়ালে খামাখা মিলনশেষে বাধ্যতামূলক স্নানের বিধি প্রবর্তন করিয়া কোটি কোটি নর-নারীকে অযথা হয়রান করিয়াছে—বিশেষ করিয়া শীতপ্রধান দেশসমূহে।

শুক্রের সঙ্গে সঙ্গে প্রস্রাবকেও নোংরা, অপবিত্রতাসূচক মনে করা হইয়াছে। প্রস্রাবের ফোঁটা পর্যন্ত কাপড়ে না লাগে তাহার জন্য অস্বাস্থ্যকর 'কুলুখ' প্রথাও ঐ ধারণাপ্রসূত।

আশ্চর্যের বিষয়, এই সেদিন শ্রীযুক্ত মোরারজী দেশাই তিনি বহু বৎসর যাবৎ প্রস্রাব পান করিয়া স্বাস্থ্য রক্ষা করিতেছেন বলিয়া জগৎকে স্তম্ভিত করিয়া দিয়াছেন।

উভয় দিকেই বাড়াবাড়ি হইয়াছে বলিয়া আমরা মনে করি।

'অশ্লীলতার উৎস—শুক্র ও সঙ্গম কেন অপবিত্র বিবেচিত' শীর্ষক আলোচনা আমরা যৌনবিজ্ঞান—দ্বিতীয় খণ্ডে করিয়াছি (১১৮—১১৯)।

বিজ্ঞানও পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতার জন্য ধোওয়া মোছা, স্নানাদি সমর্থন করে। মিলনশেষে বা অন্যভাবে শুক্রস্খলনের জন্য স্নান করিতেই হইবে, এই কথা মানে না।

'পাক' (পবিত্রতা), 'নাপাক' (অপবিত্রতা, শুচি, অশুচিতা—এই সকল মনের ধাঁধা মাত্র। 'শুচি বাই' শুচিতা সম্পর্কে অতিরিক্ত ভয়-ভাবনা-উদ্বেগেরই নাম। ইহা মনের একটা অলীক বাতিক মাত্র।

ঋতুস্রাব সম্পর্কে বিকৃত ধারণা

কিছুদিন পূর্ব পর্যন্ত মানুষের নিজেরই শরীরতত্ত্ব, মনস্তত্ত্ব সম্পর্কে অজ্ঞতা ছিল

পাহাড় সমান। আশ্চর্যের বিষয়, ধর্মপ্রবর্তকেরা বিধাতার সঙ্গে যোগসূত্র দাবি করিতেন, তবুও জন্মপ্রক্রিয়ার প্রকৃত রহস্যের খানিকটারও আভাস দিতে পারেন নাই!

নারীর ঋতুস্রাবের প্রকৃত কারণ বুঝিতে না পারায় উহাকে প্রকাণ্ড অশুভ ও অশুচি ব্যাপার বলিয়া অনেকে অভিমত দিয়াছেন।

বাইবেলে নারীকে ঐ সময়ে আলাদা রাখা ও স্পর্শ না করার বিধান আছে, এমন কি ঋতুবতী যে বিছানায় শয়ন করে বা বসে তাহা স্পর্শ করিলেও নাকি পুরুষ অশুচি থাকে।

পার্শী, হিন্দু ও মুসলমান সমাজেও ঐ ধরনের অনেকটা ধারণা আছে।

ঋতুস্রাব একটি নিতান্ত প্রাকৃতিক শুদ্ধিকর প্রক্রিয়া। বিনা দোষে নারীরা অবহেলা ও ঘৃণার পাত্রী হয়।

ঐরূপ শাস্ত্রের বাণী যে নিতান্ত অজ্ঞতাপ্রসূত উক্তি, আর মিছামিছি বিধাতার উক্তি বলিয়া চালাইয়া দেওয়া হইয়াছে তাহা দৃঢ়ভাবে প্রকট হইয়াছে।

এই সম্পর্কে আলোচনা আছে যৌনবিজ্ঞান ১ম খণ্ডে ১৮ পৃষ্ঠায়, ঋতুস্রাবের প্রকৃত ব্যাখ্যা ৩৭ পৃষ্ঠায় এবং আমার অন্যান্য বইতে নানা জায়গায়।

"নারীর কুমারীত্ব সম্বন্ধে কড়াকড়ি", "কুমারীর প্রজনন সম্পর্কে অন্ধবিশ্বাস" ইত্যাদি সম্পর্কে ভুল ধারণার কথা আমি লিখিয়াছি ঐ পুস্তকের ৩৮-৪৪ পৃষ্ঠায়।

এত সব কথা বলার উদ্দেশ্য, যৌন বিজ্ঞানের আধুনিক তথ্যগুলি অনেক ক্ষেত্রে পুরাতন ধর্মশাস্ত্রের ব্যাখ্যার বিপরীত। ধর্মপ্রবর্তকেরাও ইচ্ছা করিয়া মিথ্যা প্রচারণা করেন নাই, উহা হইয়াছে ভুল বুঝার খেসারত।

ধর্মীয় মতবাদের উৎপত্তি ও প্রসার

পূর্বেই বলিয়াছি, মানবেতর জীবজন্তুদের বেলায় সংস্কারগত ভাবনা-ধারণার বালাই নাই। জন্মগত প্রবৃত্তি উহাদিগকে তাড়না যোগায়, চালনা করে। থাকা, খাওয়া, চলাফেরা, পারস্পরিক মেলামেশা, যৌন আচরণ—এই সব যন্ত্রচালিতের মতই হয়। উপযুক্ত বয়সে ভিন্ন লিঙ্গের প্রাণীর সঙ্গে অবাধ মিলন হয়। সম্বন্ধগত বা রুচিগত বাছাবাছির বালাই নাই। বংশবৃদ্ধি পর্যায়ক্রমে হইতে থাকে অবাধে। মরে ও মরিতে থাকে উহারা কালে, অকালে।

মানুষও প্রকৃতিদত্ত শরীর ও মন লইয়া বাঁচিয়া ও বাঁচিতে থাকে। প্রবৃত্তি উহাদিগকেও তাড়না যোগায়, চালনা করে। তবে ক্রমবর্ধমান বুদ্ধি খাটাইয়া উহারা নিজেদের শরীর ও মন সম্পর্কে বহু তথ্য আবিষ্কার করিয়াছে ও করে। নিজেদের ও পারিপার্শ্বিক জগতের বস্তু, প্রাণী, ঘটনা দেখিয়া প্রত্যক্ষ ও শুনিয়া, শিখিয়া পরোক্ষ জ্ঞান সঞ্চয় করে।

সুখ-দুঃখের অনুভূতি, লাভ-লোকসানের লোভ-ভয়, আপদ-বিপদের সচেতনতা ও এড়াইবার প্রবণতা ইত্যাদিই মানবমনকে অভিভূত করিয়া রাখে।

মনোবৈজ্ঞানিকেরা এখন মানুষকে ইতরপ্রাণী হইতে উদ্ভূত (evolved) ও বিবর্তিত জীবমাত্র মনে করেন—কোনও স্রষ্টাবিশেষ বা অনুগ্রহ / নির্যাতনের পাত্র মনে করেন না। আবার মানুষের মনকেও অন্যান্য প্রাণীর মনেরই উন্নতর সংস্করণ মাত্র মনে করেন। বিধাতা ভগবানের আত্মার অংশবিশেষ উহার শরীর মধ্যে ফুঁকিয়া দেওয়া হইয়াছে তাহা বিশ্বাস করেন না।

'মানব মনস্তত্ত্ব' শীর্ষক প্রবন্ধে এইসব কথার ব্যাখ্যা করা হইয়াছে আমার 'কাজের কথা' বইতে (৩৪০—৫৫)।

মানুষের জ্ঞানের প্রধান উৎস তাহার ইন্দ্রিয়গ্রাহ্য অনুভূতি। সেটা হয় তাহার চোখ, কান, নাক, ত্বক ইত্যাদির সাহায্যে। স্নায়বিক শিরা-উপশিরার মাধ্যমে ঐ অনুভূতি মস্তিষ্কে উপনীত হয়— ঐখানেই হয় বিচার-বিবেচনা। আগে মনে করা হইত হৃদয়ে বা কালবে! ঐ কথা ভুল।

মানুষের ইন্দ্রিয় অহরহ ভুল করিত ও করে। সূর্যকে ছোট দেখায়, উহাকে জায়গা পরিবর্তন করিতে দেখায় ও ঘুরিতেছে ও আমরা স্থির আছি মনে হয়। পৃথিবীর পীঠটা সমতল মনে হয়—মনে হয়, বিছানার মত বিছাইয়া দিয়াছেন বিধাতা উহাকে। আসমানকে সবুজ নীল ছাদ ও তারাগুলিকে মনে হয় আসমানের গায়ের আলোকসজ্জা মাত্র। তাই আগেকার কেতাব-কোরআনে, শাস্ত্র পুরাণে ঐ রকম বর্ণনা আছে। ভুল ধরা পড়িয়াছে আধুনিক যন্ত্র বিশ্লেষণে, বুদ্ধি-বিচারে।

পুতুলের যাদুঘর

মক্কায় অবস্থিত বিশ্ববিখ্যাত কা'বা শরীফকে কোরআনে বলা হইয়াছে, বিধাতার জন্য উপাসনার প্রথম ধর্মস্থান, হযরত ইব্রাহিম ও ইসমাইল ঐ কা'বা শরীফের গোড়া-পত্তন বা সংস্কার করেন; খোদা আদেশ দেন উহাকে নামাজ-যিকির, ভক্তি-নিবেদনের নিকেতন হিসাবে পূত পবিত্র রাখিতে। কিন্তু দুঃখের বিষয়, ঐ ঘর পৌত্তলিকতার যাদুঘর হইয়া পড়িয়াছিল। হজরত মুহাম্মদ ঐ ঘর হইতে তিনশতেরও উপরে পূজার পুতুল বাহির করিয়া ভাঙ্গিয়াছিলেন। তিনি তাহা না করিলে বোধ হয় উহা আজ দেশ-বিদেশের প্রতিমা বিগ্রহের প্রকাণ্ড যাদুঘর হইয়া পড়িত।

মানুষের মনও গৌরবের বস্তু—উহার জীবন-যাপন, আশা-আকাঙ্ক্ষা ও কর্ম-চাঞ্চল্যের তেজকেন্দ্র। কিন্তু অজ্ঞান, কুজ্ঞান, কুসংস্কারের হাজার হাজার পুতুল জায়গা পাইয়া বসিয়া আছে ওখানে। অসার আশা, অযৌক্তিক ভয়-ভাবনার বাসা বানাইয়া

ফেলিয়াছে, উহাকে নানা রকম লোক-সাহিত্য, ধর্মীয় কেচ্ছা কাহিনী, গুরুজন বাক্য, ভুয়া দর্শনের জগাখিচুড়ি।

গত তিন শত বৎসরের জ্ঞান-বিজ্ঞানের অগ্রগতিতে ধরা পড়িয়াছে মানুষের পূর্বকার ধ্যান-ধারণার ত্রুটি-বিচ্যুতি, উদ্‌ঘাটিত হইয়াছে প্রকৃতির অনেকটা রহস্য, বিশ্বের অভাবনীয় বিশালতা। প্রতিষ্ঠিত হইয়াছে বৈজ্ঞানিক দৃষ্টিভঙ্গী।

এখনকার জ্ঞানী বিজ্ঞানীদের অবশ্য কর্তব্য হইতেছে পুরাতন প্রীতির প্রতিমা ভাঙিয়া নূতনে নূতন তথ্যের প্রকাশন'।

আমার ক্ষুদ্র লেখনীতে চেষ্টা করিয়াছি আমি আমার বইগুলিতে। বিশেষ করিয়া 'কাজের কথা'য় 'বিজ্ঞান ও বৈজ্ঞানিক দৃষ্টিভঙ্গী—মানবমনের আজাদী' (৪৩২-৪৩৬) ও 'অবচেতন মনের বিচিত্র লীলাখেলার ব্যাখ্যা' (৩৭৫-৪১১) প্রবন্ধ দুইটিতে। 'মানবমনের আজাদী বইতে, 'মিলন সংঘ' উপন্যাসে, 'A Plea for Rationalising Islamic Thinking' ও 'An Intellectual Magna Carta' পুস্তিকাগুলিতে। Albert Hansen প্রণীত Farewell to Fanaticism এবং Edward Browne প্রণীত Farewell to Superstitions বই দুইটিতে যুক্তিপূর্ণ পূর্ণাঙ্গ আলোচনা আছে।

'কাজের কথা'র 'অবচেতন মনের বিচিত্র লীলাখেলার ব্যাখ্যা' শীর্ষক প্রবন্ধে (৩৭৫-৪১১) ধর্মীয় ধ্যান-ধারণার উৎপত্তি ও বিশ্লেষণ করা হইয়াছে।

'লণ্ডনের Rationalist Press-এর অসংখ্য পুস্তক-পুস্তিকায় মানবমনের আজাদীর আলোচনা আছে।*

এইবার অসংখ্য জিজ্ঞাসু নরনারীর অকপট বিবরণী হইতে সংগৃহীত কয়েকটি তথ্যের উল্লেখ করিতেছি ঃ—

১। একেবারে পুরুষত্বহীন ও সম্পূর্ণ কামশীতল নারী অত্যন্ত বিরল।

২। যৌনাঙ্গ ও যৌনগ্রন্থিসমূহের অপুষ্টি, অসম্পূর্ণতা ও বিশৃঙ্খলার দরুন কামদুর্বল নরনারী মাঝে মাঝেই দেখা যায়।

৩। কৈশোর-যৌবনে কাম-উষ্ণ পুরুষেও অপরিমিত কামচর্চার দরুন অঙ্গের হানি ও কামনার বিপর্যয় প্রায়ই হইয়া থাকে।

৪। পঞ্চাশের উপর বয়স্ক পুরুষদের কামনায় ভাঁটা, যৌনাঙ্গে শৈথিল্য ও রতিকার্যে আংশিক অক্ষমতা প্রায়ই ঘটিয়া থাকে।

৫। স্বাভাবিক যৌনাবেগ ও রতিক্ষমতাসম্পন্ন পুরুষদেরও মাঝে মাঝে শারীরিক ও মানসিক নানা কারণে সাময়িক অবসাদ ও রতিদৌর্বল্য প্রায় সার্বজনীন (প্রতিকার না করিলে অবস্থার অবনতি ঘটিতে থাকে)।

---

* আমি এই আলোচনার শেষাংশ এই খণ্ডের শেষ পৃষ্ঠাগুলিতে দিয়াছি।

৬। অতিবৃদ্ধ পুরুষদের, ৬৫-৭০ বৎসরের ঊর্ধ্বে, বিশেষ করিয়া উষ্ণপ্রধান দেশগুলিতে, অঙ্গশৈথিল্য ও যৌনদৌর্বল্য স্বাভাবিক।

৭। নারীদের সাধারণত দৈহিক অপুষ্টি, যৌনগ্রন্থির বিশৃঙ্খলা ও স্বামী সাথীর অসংযত, অসঙ্গত বা অনুপযুক্ত যৌন ব্যবহারের দরুন কামশীলতা, সহবাসের সুখের অভাব, যৌনব্যাপারে বিতৃষ্ণাবোধ সচরাচরই হইয়া থাকে।

২ হইতে ৭ শ্রেণীর জন্য সমুচিত ব্যবস্থা গ্রহণ অবশ্য কর্তব্য

অসংখ্য পত্রে ও সাক্ষাৎকারে আমরা জানিতে পারিয়াছি, কি করিয়া বহু নরনারী যৌনক্ষমতা বৃদ্ধি করার বা ফিরিয়া পাইবার সন্ধানে হাকিম, কবিরাজ, হোমিওপ্যাথ, হাতুড়ে ডাক্তার ও গুরু-ফকিরদের প্রতারণার শিকার হইয়া অযথা অর্থব্যয় করিয়া হতাশ হন। ভাল এলোপ্যাথিক ডাক্তারেরাও যৌনবিজ্ঞানে সুপক্ক না হইলে বিশেষ সাহায্য করিতে পারেন না।

প্রমাণপঞ্জী (২)

১। এই পুস্তক প্রণয়নে যে অসংখ্য পুস্তক-পুস্তিকা, সাময়িক পত্রিকা, সংবাদপত্র, হস্তলিপি ইত্যাদি হইতে সাহায্য লওয়া হইয়াছে তাহার সম্পূর্ণ তালিকা দেওয়া দুরূহ। কৌতূহলী পাঠক-পাঠিকার অধ্যয়নের জন্য আমরা এখানে মাত্র কয়েকখানা মূল্যবান পুস্তকের উল্লেখ করিলাম।**

অধিকাংশ পুস্তক এখানে দুষ্প্রাপ্য।

জন্মনিয়ন্ত্রণ

Medical History of Contraception—Himes, Norman

The Small Family System—Drysdale

Birth Control—Its use and Misuse—Bromley

Birth Control Simplified—Pillay A. P (*A useful treatise*)

Birth Control Methods—Norman Haire (*An authoritative discourse*)

* হরমোনের অভাব তারতম্য ও বিশৃঙ্খলার জন্যই বেশীর ভাগ দৌর্বল্য ও আঙ্গিক শৈথিল্য সূচিত হয়। আবার হরমোন-প্রয়োগেই প্রতিকার সম্ভবপর। এই সম্পর্কে গবেষণা ও প্রতিকারের উপায়ের জন্য যোগাযোগ করুন এই ঠিকানায়: গবেষণা কেন্দ্র, ফ্যামিলী ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস, জে, ৩১ তোপখানা রোড, ঢাকা-২।

**এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডের শেষভাগে আরও বহু পুস্তিকার তালিকা পাইবেন। একই পুস্তকের নাম উভয় খণ্ডে সংযোজিত হইল না। পুস্তকের সবচেয়ে বড় তালিকা আমার Happy Marriage-এ দিয়াছি। এইজন্য এই সংস্করণে পূর্ব সংস্করণ হইতে উদ্ধৃত পুস্তকগুলির সংখ্যা হ্রাস করা হইল।

Maternal Health and Contraception—Stone, Hannah

Ideal Family Planning—Abul Hasanat
(*Latest and up-to date treatise detailing history, theory and practice of Contraception*)

Birth Control-Wright, Helena
(*A good book*)

Techniques of Conception Control—Dickinson and Morris

Control of Conception—Dickinson, R. L and Bryant

জন্ম-শাসন—নৃপেন্দ্রকুমার বসু।

Practical Birth Control Methods—Himes, Norman
(*A useful handbook*)

Parenthood—Design or Accident—Fielding, M.
(*An exceptionally brilliant and lucidly comprehensive handbook. About the best of the lot named here.*)

জন্মনিয়ন্ত্রণ (৫ম সংস্করণ)—আবুল হাসানাৎ
(জন্মনিয়ন্ত্রণের ইতিবৃত্ত, উহার স্বপক্ষে ও বিপক্ষে যুক্তিসমূহ, উহাতে কৌশল ইত্যাদির সচিত্র আলোচনা।)

গর্ভপাত, অবৈধ গর্ভসঞ্চার—জারজ সন্তান

Abortion—Browne

Abortion, Spontaneous and Induced—Taussing, F. J.

Crime and Criminal Justice—Abul Hasanat

Abortion : Right or Wrong—Thurtles. Dorothy, 1940

দম্পতির রতিজীবন

Sex and the Love Life—Fielding

* Sexual Behaviour in the Human Male—1948 } By Dr. Kinsey

* Sexual Behaviour in the Female—1953 } & others

(Factual and statistical—based on interviews with some thousands of men and women.) The Sexual Responsibility of woman—Maxine Davis.

Ideal Marriage—Velde
Power to Love—Hirsch
Lifelong Love—Macandrew, Renie
The Sexual Question—Forel (*A Pioneer, comprehensive work of very high standard.*)
The Sexual Side of Marriage —Exner (*A good book*)
The Sex Technique in Marriage—Hutton
Sex Life in Marriage—Butterfield, O. M. (*A very good book*)
The Sex Factor in Marriage —Wright, Helena
Sex in Marriage—Groves
Everything you always wanted to know about Sex—Dr. David Reuben
Sexual Impotence—Robinson
The Art of Love and Sane Sex Living—Pillay
Sane Sex Life and Sane Sex Thinking—Long (*A very good book*)
Lifelong Sex Harmony—Elliott William
Wise Wedlock—Beale *A good handbook*)
Ideal Sex Life —Pillay
New Approaches to Sex in Marriage by Dr. John E. Eiehenlaub
The Marriage Art—by do (*A good book*)
একান্ত গোপনীয় —নৃপেন্দ্রকুমার বসু
যৌবনের যাদুপুরী —নৃপেন্দ্রকুমার বসু
বিবাহ মঙ্গল —আব্দুল হাসানাৎ

প্রাণতত্ত্ব, জন্মবিজ্ঞান, বংশানুক্রম, সুসন্তান লাভ

The Science of Human Reproduction—Parshley (*An authoritative work*)
The Expectant Mother and her Child—Kamath
The Expectant Mother's Handbook—Irving F. C.
খাদ্যবিজ্ঞান—আচার্য প্রফুল্লচন্দ্র রায় ও হরগোপাল বিশ্বাস
প্রসব বিজ্ঞান—কালীকিঙ্কর ভট্টাচার্য
প্রসূতি পরিচর্যা—বামনদাস মুখোপাধ্যায়

A Textbook of Midwifery—
Johnston, R. W.
(*Useful for doctor's, nurses and midwives. Technical but authoritative*)

Wholesome Parenthood—
Groves

Mother craft Mannual—
Liddiard

Nature and Narture —
Hogben

The Child's Heredity
Popenoe

সরল ধাত্রীশিক্ষা ও কুমারতন্ত্র
—সুন্দরীমোহন দাস

মাতৃমঙ্গল, জন্মবিজ্ঞান ও সুসন্তান লাভ - আবুল হাসানাৎ

প্রাণতত্ত্ব—রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর

Being Well-born—Guyer

Genetics—Jennings

Eugenics—Cart Saunders

Sex Determination—Crew

শিশুমঙ্গল—আবুল হাসানাৎ

দাম্পত্য-প্রীতি ও সমন্বয় সাধন

Happy Marriage — Norman
Himes
(*A good book*)

Happiness in Marriage—
Margaret Sanger

Wedded Love and Married
Misery—Willis

Psychological Factors in
Marital Happiness—
Terman

Sex, Love and Marriage—
Dr. Paul Popenoe.

Successful Marriage—A. H.
Gray
(*A very helpful guide to harmony*)

Love and Happiness—Hotep

All about Sex, Love and
Happy Marriage—
Abul Hasanat

॥ বিশ ॥

"If anyone is able to convict me of error or deed, I will gladly change. For I seek the truth by which no man was ever injured. The injury lies in remaining constant to self deception and ignorance."

—**Marcus Aurelius**

প্রশ্নমালা

(দ্বিতীয় খণ্ড)*

এই পুস্তকে আলোচিত বিভিন্ন বিষয় সম্বন্ধে আরও গবেষণাকার্য চালাইবার উদ্দেশ্যে স্ত্রী-পুরুষ উভয়ের জন্য প্রশ্নমালা সংযোজিত করা হইল।

যাঁহাদের উত্তর নির্ভুল তথ্যপূর্ণ বলিয়া বিবেচিত হইবে, তাঁহাদিগকে পরবর্তী সংস্করণের একখানি পুস্তক বা তাঁহাদের ইচ্ছানুসারে আমার অন্য কোনও পুস্তক বিনা-মূল্যে অথবা সমুচিত আর্থিক উপহার দেওয়া হইবে।

আশা করি, পাঠক-পাঠিকারা তাঁহাদের অভিজ্ঞতালব্ধ জ্ঞান বিতরণে আমাকে সাহায্য করিবেন। পর্যবেক্ষণ ও পরীক্ষা দ্বারা যে তথ্যাদির সন্ধান পাওয়া যায় তাহা সযত্নে সুবিন্যস্ত এবং সুশৃংখল করিতে পারিলেই কোন একটা বিজ্ঞান শাখা গড়িয়া তুলিতে পারা যায়।**

প্রশ্নমালার উত্তরাবলী নিম্ন ঠিকানায় প্রেরিতব্য—

আবুল হাসানাৎ,

ফ্যামিলি ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস জে. ৩১ তোপখানা, ঢাকা-২, বাংলাদেশ।

প্রশ্নমালার বাহিরেও অতিরিক্ত মন্তব্য সাদরে গৃহীত হইবে। তবে যেসব বিষয় সম্বন্ধে আপনার সঠিক ধারণা আছে এবং যাহা আপনার স্পষ্ট স্মরণ আছে তাহাই লিপিবদ্ধ করিবেন। সকল প্রশ্নেরই উত্তর দিতে হইবে এমন কোনও কথা নাই। আন্দাজে কিছু লিখিবেন না। স্ত্রীর অকপট বিবরণী লইয়া স্বামীও লিখিতে পারেন। সেইরূপ, বন্ধু বা বান্ধবীর উত্তরও লিখিয়া পাঠাইতে পারেন।

উত্তরসমূহ খুব গোপনীয় বিবেচিত হইবে। নাম, ঠিকানা কিংবা উত্তরদানকারীর পরিচয় পাওয়া যায় এইরূপ কোন তথ্য প্রকাশ করা হইবে না।

সাক্ষীর স্বরূপ

১। নাম—কাল্পনিক নাম (প্রকৃত নাম ও ঠিকানা শেষে দিবেন)। ২। ঠিকানা (কাল্পনিক)। ৩। ধর্মমত। ৪। শিক্ষা। ৫। স্ত্রী না পুরুষ। ৬। অবিবাহিত, বিবাহিত, মৃতদার অথবা বিধবা। ৭। আপনার ও আপনার স্ত্রী / স্বামীর শারীরিক গঠন অর্থাৎ হৃষ্টপুষ্ট, মাঝারি অথবা শীর্ণকায়। ৮। আপনার ও আপনার স্ত্রী /

* এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডের শেষেও বহু প্রশ্নোত্তর আছে।

** Research is systematic inquiry into a subject in order to discover or revise facts, theories, etc.

স্বামীর স্বাস্থ্য (ভাল, মাঝারি কিংবা খারাপ)। ৯। আপনার ও আপনার স্ত্রী স্বামীর দীর্ঘস্থায়ী এবং সহজাত ব্যাধিসমূহ—যদি কিছু থাকে। ১০। আর্থিক অবস্থা (ভাল, মাঝারি অথবা খারাপ)। ১১। জাতি। ১২। পেশা বা উপজীবিকা—বর্তমান ও অতীত। ১৩। আমিষ না নিরামিষভোজী। ১৪। গায়ের লোম—কম, মাঝারি না বেশী। ১৫। বয়স।

প্রকৃত যৌন-জীবন যাপনের ধারা

প্রশ্নমালা ও অকপট তথ্য যোগাইবার নমুনা*

পাঠক-পাঠিকাগণকে উত্তরদানে উৎসাহ দিবার জন্য কয়েকজন সুশিক্ষিত, সুবিবেচক, অনুসন্ধিৎসু পাঠক-পাঠিকার অকপট বিবরণী উদ্ধৃত করা হইল।

স্বাভাবিক যৌনজীবন হইতে প্রকৃত অবস্থার পরিচয় পাইতে হইলে বিবৃতিকারী / কারিণীর অকপট সত্যকথনের প্রয়োজন। অসংখ্য নর ও নারী স্বীয় যৌন-জীবন সম্বন্ধে সন্দিহান রহিয়াছেন। কারণ, ত্রুটিবিচ্যুতি অস্বাভাবিকতা, অত্যাচার প্রভৃতির ভয় মনে প্রবেশ করিলেও অকপট আলোচনার সুযোগ বা সুমতি হয় না।

স্বাভাবিক বা অস্বাভাবিক যৌন-জীবন বলিতে যে কি বুঝায় তাহা বহুসংখ্যক ইতিবৃত্ত না জানিলে ঠিক করাই কঠিন। স্বীয় যৌন-জীবন ঠিক পথে চলিয়াছে কিনা অথবা কি করিয়া চলিতে পারে সে সম্বন্ধে অবহিত হইতেও ঐ সকল জানা দরকার হইয়া পড়ে। হ্যাভলক এলিস তাঁহার বিশ্ববিখ্যাত 'সাইকোলজী অব সেক্স' গ্রন্থে বহু ইতিবৃত্ত এই সকল কারণেই উদ্ধৃত করিয়াছেন।**

* যৌনবিজ্ঞান—প্রথম খণ্ডেও তথ্যবহুল বিবৃতি রহিয়াছে।

** "Yet, it is unreasonable to take normal phenomena for granted here as in any other regions of science. A knowledge of such phenomena is as necessary here as physiology is to pathology or anatomy to surgery. So far from the facts of normal sex development, sex emotions, and sex needs being uniform and constant, as is assumed by those who consider their discussion unnecessary, the range of variation within fairly normal limit is immense, and it is impossible to meet with two individuals whose records are nearly identical."

"There are two fundamental reasons why the endeavour should be made to obtain a broad basis of clear information on the subject. In the first place, the normal phenomena give the key to the abnormal phenomena and the majority of sexual preversions, including even those that are most repulsive

এলিসের অনুবর্তী ডিকিনসন, টারম্যান, মিস ডেভিস, কিন্‌জে, জন মাস্টারস্‌, জাপানের টাকাহাসি প্রমুখ যৌনতাত্ত্বিক হাজার হাজার নর ও নারীর যৌন-জীবন সম্বন্ধে বিবৃতি গ্রহণ করিয়া উহা হইতে তথ্য আহরণ করিয়াছেন। ডাঃ রবি (WF. Robie, M. D.) Case Histories নামে বিখ্যাত পুস্তকে বহু নর ও নারীর অকপট বিবৃতি উদ্ধৃত করিয়া তাহাদের সমস্যাবলীর সমাধান নির্দেশ করিয়াছেন ও অপরদের উপদেশ দিয়াছেন।

তাঁহাদের প্রচেষ্টার ফল অনেক ক্ষেত্রে এই পুস্তকে উদ্ধৃত হইয়াছে।

আমাদের দেশে লজ্জা, নীতিবাগীশতা ইত্যাদি কারণে এই সকল তথ্য পাওয়া মুশকিল। তবে বহুকাল যাবৎ গ্রন্থকারের অনুরোধে এবং তাঁহার পুস্তকগুলি পাঠে বহু নর ও নারী তাঁহাদের জীবন হইতে তথ্যাদি পাঠাইয়া আসিতেছেন। মূল্যবান তথ্যাদি পুস্তকগুলিতে যথাস্থানে উল্লিখিতও হইয়াছে। কয়েকটি ধারাবাহিক বিবৃতি নমুনা স্বরূপ এখানে উদ্ধৃত হইতেছে। সাক্ষীদের পরিচয় তাঁহারাই দিয়াছেন।

মুক্তবুদ্ধি আরও পাঠক-পাঠিকা অকপটভাবে এই প্রয়োজনীয় অনুসন্ধানে সাড়া দিবেন, আমরা এই আশা করি। বলা বাহুল্য, কাহারও প্রকৃত নাম-ধাম কোনও মতেই প্রকাশ পাইবে না।

উত্তরদাতা ও উত্তরদাত্রীদের উদ্ধৃত বিবৃতিতে **সত্যকথন সম্বন্ধে সন্দেহের কোন অবকাশ নাই**। তাঁহাদের গভীর জ্ঞান, তিক্ত-মিষ্ট অভিজ্ঞতা ও অকপট বর্ণনা এই পুস্তকে আলোচিত বহু বিষয়ে আলোকপাত করিবে।

(ক) প্রশ্নগুলি ও বিবৃতি পূর্ব সংস্করণগুলিতে আরও ব্যাপক ছিল; এইবার সংক্ষেপিত করা হইল। তবে আবার নূতন তথ্যাদিও সংযোজিত হইল।

(খ) প্রশ্ন বিশেষের উত্তরে যাঁহার নূতন কিছু বলিবার নাই, তাঁহার নাম উল্লেখ করা হয় নাই।

(গ) বিভিন্ন দেশ, ধর্ম, জাতি, বয়স ও লিঙ্গের ব্যক্তি নির্বাচন করা হইয়াছে।

(ঘ) তাঁহাদের ছাড়াও বহু লোক নূতন তথ্য যোগাইয়া বাধিত করিয়াছেন ও করিতেছেন। মূল্যবান তথ্যাদি জায়গামত উল্লেখ করা হইয়াছে ও হইবে। সকলের নিকটে আমি কৃতজ্ঞ।

---

are but exaggerations of instincts and emotions that are germinal in normal human beings. In the second place, we cannot even know what is normal until we are acquainted with the sexual life of a large number of healthy individuals. And until we know the limits of normal sexuality we are not in a position to lay down any responsible rules of sexual hygiene."

—Havelock Ellis.

১নং সাক্ষীর স্বরূপ

(১) অমলচন্দ্র দত্ত। (২) এলেনগঞ্জ, এলাহাবাদ। (৩) নামে হিন্দু—বাঁধা মত বা গোঁড়ামি নাই। (৪) ম্যাট্রিক পাস, আজীবন ছাত্র। (৫) পুরুষ। (৬) বিবাহিত। (৭) শরীরের গঠন হৃষ্টপুষ্ট। (৮ স্বাস্থ্য ভাল। (৯) স্ত্রীর হৃৎপিণ্ডের ধড়ফড়ানি আছে, নিজের চোখের নিকট-দৃষ্টি ও astigmatism আছে। (১০) আর্থিক অবস্থা মাঝারি। (১১) জাতি—কায়স্থ। (১২) পেশা—বরাবর সরকারী চাকরি। (১৩) আমিষভোজী। (১৪) গায়ের লোম—মাঝারি। (১৫) বয়স ৬০ (উত্তরদান কালে)।

(তিনি যৌনবিজ্ঞানে গভীর জ্ঞানী, এই পুস্তকের উভয় খণ্ডে বহু তথ্য যোগাইয়াছেন। তাঁহার কাছে আমি চিরকৃতজ্ঞ—গ্রন্থকার)।

২নং সাক্ষীর স্বরূপ

(১) মোহাম্মদ আবদুল হামিদ কাজী। (২) চুয়াডাঙ্গা, কুষ্টিয়া। (৩) মুসলমান। (৪ গ্র্যাজুয়েট, আজীবন ছাত্র। (৫) পুরুষ। (৬) বিবাহিত। (৭) শারীরিক গঠন হৃষ্টপুষ্ট, স্ত্রীর মাঝারি। (৮) নিজের স্বাস্থ্য ভাল, স্ত্রীর মাঝারি। (৯) কাহারও দীর্ঘস্থায়ী ব্যাধি নাই। (১০) আর্থিক অবস্থা ভাল। (১১) সুন্নী। (১২) পেশা—লেখনী, অনুসন্ধান, অভিনয়, কৃষিকার্য। (১৩) আমিষভোজী। (১৪ গায়ের লোম উভয়ের মাঝারি। (১৫) বয়স ২৫ (উত্তরদান কালে)।

(অনুসন্ধানী মুসলমান গ্র্যাজুয়েট যুবক। তাঁহার বিবাহিত জীবন কিছুকাল আগে আরম্ভ হইয়াছে। লক্ষ্য রাখিয়া গেলে তিনি ভবিষ্যতে আরও সূক্ষ্ম তথ্য যোগাইতে পারিবেন। তাঁহার বিবাহিত জীবন সার্থক হউক ইহাই কামনা করি— গ্রন্থকার।)

৩নং সাক্ষীর স্বরূপ

(১) জেরার্ড ম্যাক। (২) ডাবলিন, আয়ার্ল্যান্ড। (৩) খ্রীস্টান। (৪) অঙ্কশাস্ত্র ও বিজ্ঞানে ডিগ্রীপ্রাপ্ত। (৫) পুরুষ। (৬) স্ত্রী নাই। (৭) হৃষ্টপুষ্ট গঠনের। (৮) স্বাস্থ্য ভাল। (৯) অবস্থা ভাল। (১০) রোমান ক্যাথলিক। (১১) অবিবাহিত। (১২) ৩ বৎসর মাস্টারী; পরে এখন পর্যন্ত চীফ কেমিস্ট। (১৪) গায়ের লোম কম। (১৫) বয়স ৪৬ (উত্তরদান কালে)।

(তিনি একজন বিদেশী উচ্চশিক্ষিত খ্রীস্টান। তিনি বিবাহ ত করেনই নাই ; কখনও করিবার ভরসাও রাখেন না। বেচারা সমমৈথুনক। তাঁহার মনোবৃত্তি, প্রকৃতি ও আচরণ সম্পর্কে প্রথম খণ্ডের শেষে বহু তথ্য যোগাইয়াছেন। বিবাহিত জীবন সম্পর্কে তাঁহার বেশী কিছু বলিবার নাই। মাতা-পিতা, আত্মীয়-স্বজন, বন্ধু-বান্ধবীর কথা বলা সত্ত্বেও

প্রত্যক্ষ অভিজ্ঞতার কথা না থাকায় তাঁহার উত্তর হইতে এই খণ্ডে বেশী কিছু উদ্ধৃত করিলাম না—গ্রন্থকার।)

৪নং সাক্ষীর স্বরূপ

(১) আবদুল আহাদ। (২) গাইবান্ধা, রংপুর। (৩) ধর্ম ইসলাম—উদার মতাবলম্বী। (৪) এম. এস সি প্রথম ক্লাসে প্রথম। (৫) পুরুষ। (৬) বিবাহিত। (৭) মাঝারি লম্বা। (৮) স্বাস্থ্য ভাল। (৯) স্ত্রীর স্বাস্থ্য ভাল—নিকট-দৃষ্টি। (১০) আর্থিক অবস্থা ভাল। (১১) জাতি মুসলিম, সুন্নী। (১২) অধ্যাপনা—অধ্যক্ষ (পেন্সনভোগী)। (১৩) আমিষভোজী। (১৪) গায়ের লোম—মাঝারি। (১৫) বয়স ৭০ (উত্তরদান কালে)।

(ইনি উচ্চশিক্ষিত, সুবিবেচক, বহুকাল হইতে আমার পরিচিত। তাঁহার অভিজ্ঞতা-বহুল জীবনী হইতে অকপট তথ্য পরিবেশনের জন্য আমি বিশেষভাবে কৃতজ্ঞ। তাঁহার সত্যকথনে আমি দৃঢ় বিশ্বাসী—গ্রন্থকার।)

৫নং সাক্ষীর স্বরূপ

(১) জাবিদ রহিম। (২) ঠিকানা—ঢাকা, বাংলাদেশ (দেশ বিভাগের পূর্বে পশ্চিম-বঙ্গ)। (৩) ধর্ম ইসলাম, সুন্নী (জন্মাধিকার-বলে), বর্তমানে—ধর্মনিরপেক্ষতাবাদী (Secularist), যুক্তিবাদী (Rationalist), মানবতাবাদী (Humanist), উদার মতাবলম্বী (Liberal), জড়বাদী (Naturalist)। (৪) শিক্ষা—মাধ্যমিক পর্যায় পর্যন্ত নিউ-স্কিম মাদ্রাসা (ম্যাট্রিক সম পর্যায়) বিজ্ঞানে গ্র্যাজুয়েট, ইঞ্জিনীয়ারিং-এ গ্র্যাজুয়েট। (৫) পুরুষ। (৬) বিবাহিত। (৭) স্বামী-স্ত্রী উভয়েরই শারীরিক গঠন মাঝারি। (৮) উভয়ের স্বাস্থ্য মোটামুটি ভাল। (৯) আমার বার কয়েক হৃৎপিণ্ড আক্রান্ত হইয়াছে, সবচেয়ে কঠিন ও শেষটা আজ হইতে ৭ বৎসর আগে, বর্তমানে রক্তচাপ ও বহুমূত্র খাদ্য নিয়ন্ত্রণে ঠেকানো আছে; স্ত্রীর যৌবনকাল হইতে এখন পর্যন্ত দীর্ঘস্থায়ী মাথাধরা (Migrane) আছে। (১০) মাঝারি আর্থিক অবস্থা। (১১) জাতি—মানবজাতি, (সংকীর্ণ অর্থে বাঙালি)। (১২) পেশা- প্রথম জীবনে উচ্চ সরকারী চাকরি, বর্তমানে সমাজকল্যাণ স্বেচ্ছা সেবা—(ক) ফসল ফলাও বেশী করে, (খ) পরিবার রাখ ছোট করে—এই উভয়বিধ উদ্দেশ্যে নিরক্ষরতা দূরীকরণ কাজে লিপ্ত। (১৩) আমিষভোজী। (১৪) গায়ের লোম—মাঝারি। (১৫) বয়স ৫৫ (উত্তরদান কালে)।

(বিজ্ঞানী, যন্ত্র-প্রকৌশলী ও বহুমুখী প্রতিভাবান এই অনুসন্ধিৎসু বন্ধুর অকপট বিবৃতির জন্য তাঁহার কাছে আমি কৃতজ্ঞ—গ্রন্থকার।)

৬নং সাক্ষীর স্বরূপ

(১) মল্লিকা রায়চৌধুরী—বর্তমানে সেন। (২) ভবানীপুর, কলিকাতা। (৩) হিন্দু-খ্রীস্টান। (৪) সাধারণ শিক্ষা—উচ্চ ইংরেজি বিদ্যালয়ের অষ্টম শ্রেণীর মান (Class VIII Standard) পর্যন্ত। জুনিয়ার নার্সিং ও ধাত্রী বিদ্যায় ডিপ্লোমা প্রাপ্ত (Registered Nurse & Midwife)। (৫) স্ত্রী। (৬) আমি মাঝারি। আমার প্রথম স্বামী শীর্ণকায় ছিলেন, শেষের দিকে মোটা। বর্তমান স্বামী বলিষ্ঠ, স্বাস্থ্যবান। (৭) স্বাস্থ্য আমার ও আমার দুই স্বামীরই মোটামুটি ভাল। (৮) আমার ক্রনিক স্যালপিঞ্জাইটিস আছে। স্বামীর কোন দীর্ঘস্থায়ী বা সহজাত ব্যাধি নাই। (৯) আর্থিক অবস্থা মাঝারি। (১০) বাঙালি। (১১) বিবাহিতা। (১২) পেশা অতীতে ছিল হাসপাতালের নার্সের চাকরি। বর্তমানে স্বাধীনভাবে শুশ্রূষাকারিণী ও ধাত্রীর কাজ (Professional Nurse & Midwife)। (১৩) আমিষভোজী। (১৪) গায়ের লোম মাঝারি। (১৫) বয়স ৩২ (বিবৃতির সময়)।

(তিনি একজন দেশী খ্রীস্টান ভদ্রমহিলা, অভিজ্ঞ নার্স ও ধাত্রী। একজন ডাক্তারের প্রশ্নের উত্তরে অকপটে বিবৃতি দিয়াছিলেন এবং উত্তরগুলি সেই ডাক্তার (তিনি ডাক্তার সেন নহেন; 'ডাক্তার বন্ধু') কর্তৃক লিপিবদ্ধ হইয়াছে। কতকগুলি প্রশ্নের উত্তর উক্ত ভদ্রমহিলা লিখিতভাবেও দিয়াছেন। ভদ্রমহিলার সম্পূর্ণ বিবৃতি এবং উদাহরণগুলির সত্যতা সম্বন্ধে সন্দেহের কোনই অবকাশ নাই। নারীর যৌন-জীবন ও মনস্তত্ত্বের নিগূঢ় কথাই তাঁহার বিবৃতিতে প্রকাশ পাইয়াছে। —গ্রন্থকার)।

বিবাহ

১৬। **বিবাহ*** করিবার ইচ্ছা আপনার কখন জাগে ও কিভাবে? উহার সম্বন্ধে আপনার মনোভাব, ধারণা, অভিরুচি ইত্যাদি কিরূপ ছিল?

আপনার মত লইবার বা অভিরুচি পূরণ করিবার কতদূর চেষ্টা করা হইয়াছিল?

বিবাহ আপনার কোন্ বয়সে ও কিভাবে সংঘটিত হয়? বিবাহের প্রাক্কালে ও অব্যবহিত পরে উভয়ের মনোভাব কি হয়?

মিঃ দত্ত: প্রথম খণ্ডের ৫০ নং উত্তরে বিবাহ সম্পর্কে বহু কথা বলিয়াছি। এখানে সংক্ষেপে খানিকটার পুনরুল্লেখ করিতেছি মাত্র। বাল্যে ও কৈশোরেই নানাভাবে যৌনজ্ঞান লাভ করি। যৌনসংসর্গও হইয়াছিল। তাই বিবাহ করিবার ইচ্ছাও সকাল সকালই জাগিয়াছিল। বাসনা জাগে এই আশায় যে, বিবাহ হইলে নিরংকুশ ও নিরবচ্ছিন্ন উপভোগের সুযোগ হইবে।

* এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডের শেষে সংযোজিত প্রশ্নোত্তরমালা দ্রষ্টব্য। বিবাহ সম্পর্কে ঐ খণ্ডে বহু কথা আছে। প্রকৃত দাম্পত্য জীবনযাপনের আরম্ভ হইতেই এই খণ্ডের আলোচনা শুরু হইল।

বিবাহ সম্বন্ধে আমার মনোভাব, ধারণা ও অভিরুচি উন্নত ধরনেরই ছিল—যেমনটা ঐ বয়সে হইয়া থাকে। ভাবী স্ত্রী নববধূরূপে সংসার আলোকিত করিবে, গুণে সকলকে মোহিত করিবে, প্রেমে আমাকে অভিভূত রাখিবে, সংসার সুচারুরূপে চালাইবে প্রভৃতি।

আমার মত লইবার বা অভিরুচি পূরণ করিবার চেষ্টা করা হয় নাই। তখন পুরাতনীদের প্রভাব। আমার সকল আশা-ভরসা চুকাইয়া দিয়া মা বেড়াইতে গিয়া একটি ১১ বৎসর বয়স্কা অল্পশিক্ষিতা মেয়েকে আমার হইয়া একেবারে পছন্দই করিয়া আসিলেন।

পাত্রীর সহিত আলাপ-আলোচনা দূরে থাকুক, তাহাকে পূর্বে দেখিবারও সুযোগ হইল না। মা ই দেখাশুনা, আলাপ-আলোচনা করিয়া পছন্দ করিলেন। শুধু একদিনের আলাপই যথেষ্ট মনে করিলেন।

আমার বিবাহ ২৮ বৎসর বয়সে হয়। স্ত্রী তখন ১১ বৎসরের বালিকা। বয়সের সামঞ্জস্য হয় নাই।

আমার আশা-ভরসা, উচ্চ আদর্শ সব চুকিয়া গেল। স্ত্রীর মনোভাব কি হইল জানি না, বোধহয় বিবাহ সম্বন্ধে তাঁহার স্পষ্ট ধারণাই ছিল না।

এই পুস্তকে (১ম খণ্ডে) বর্ণিত বিবাহে বিবেচ্য ও কর্তব্য বিষয়গুলি পালন করিবার মত জ্ঞান, অবসর ও সুযোগ হইল কোথায়? বিবেচ্য ও কর্তব্য সম্বন্ধে আমার এত কথা জানাও ছিল না। রূপের বিবেচনা মা-ই করিয়াছিলেন। মোটের উপর চলনসই। গুণের বিচারের অবসর হয় নাই। বংশ ভাল। আর্থিক অবস্থা উভয় পক্ষেরই চলনসই। বয়স স্ত্রীর উপযুক্তের চেয়ে কম ছিল। মানসিক উপযুক্ততাও আশানুরূপ ছিল না। খরচাদি অতিরিক্ত কোনও পক্ষেরই হয় নাই। কুসংস্কারমূলক অনুষ্ঠানাদি বিবাহে একেবারেই হয় নাই বলিতে পারি না।

গুরুজনদের আশীর্বাদ, তিথি নক্ষত্র পালন প্রভৃতি যে আমাদের কোনও মতে বিবাহিত জীবনযাত্রার সাহায্য করিয়াছে একথা বলিতে পারি না।

প্রিয় জীবনসঙ্গিনীর কটু আলোচনা করিতে বাধ্য হইলাম শুধু এই আলোচনায় সত্যকথনের তাগিদে। কিন্তু আমি নিজেই কি সমালোচনার বাহিরে? আমার স্ত্রীই যদি শিক্ষিতা, কৃষ্টিসম্পন্না হইয়া উঠিবার অবকাশ পাইতেন তাহা হইলে তাঁহারও যে স্বামী হিসাবে পাইবার যোগ্য-পাত্র আমা অপেক্ষা শ্রেয় হইত না তা কে বলিতে পারে?

(দত্ত মহাশয়ের এই উক্তি ও উদার মনোভাব প্রশংসার যোগ্য—গ্রন্থকার।)

মিঃ কাজী: ১৬ বছর বয়সে আমার প্রথম বিয়ের সখ চাপে। একটা মেয়ের গোপন চাওয়ায় আর তার ও আমার বাড়ির অনেকের তাতে মত থাকায় ইচ্ছা করেছিলাম বিয়ে হলে মন্দ হয় না। তা হয়নি।

তখন ধারণা ছিল, বিবাহ নিছক সেবা, যত্ন, কামক্রীড়ার সুযোগ যোগায়। শুধু একটা খরচা বাড়ানো আর বন্ধন পায়ে দেওয়া, একটা গলগ্রহ ঘাড়ে নেওয়া। আর এখন সেখানে শুধু প্রাণ দেওয়া-নেওয়া, সব ক্ষুধার উর্ধ্বে ভালবাসা, তার ফল সন্তান, কামে

সুখ, কর্মে তৃপ্তি, ধরণীর প্রতি আকর্ষণ, চরিত্রের উন্নতি, সাজিয়ে গুছিয়ে জীবনপাত করা। বিবাহ মানুষকে সংসারী করে, কাজে প্রবৃত্তি জাগায়।

আমার বর্তমান স্ত্রীর জন্মের পর আমার দাদুর ইচ্ছা ছিলো ওকে আমাকে দেওয়া। পরে ভাই ঐ ঘরের এক মেয়েকে গ্রহণ করে। আমি অবাধে ওদের বাড়ি যাতায়াত করতাম। আমার সেখানে প্রাধান্য ছিলো। তার বাবা ও কাকার সঙ্গে আমি কয়েকটা প্রতিষ্ঠানের সদস্য ছিলাম ও আছি। ওকে আমি নাচ, গান ও খেলাধুলো সব শেখাতে চেয়েছিলাম। অবাধ সুযোগ ছিলো প্রথম জীবনে, তবুও এড়িয়ে চলতাম, পরে তার কঠোর ব্রতীতে আমি বাধ্য হলাম। অনেক বাদ-প্রতিবাদের ভিতর দিয়ে শেষে বিয়ে হয়েছে। ধন্য হয়েছি আমি। মুক্ত হয়েছে সে।

আমার ২৪ বছর বয়সে, স্ত্রী ১৬ বছরে আমাদের বিয়ে হয়। বিয়ের আগে যৌনসম্ভোগ হয়নি। ও আমাকে অগাধ বিশ্বাস করে। ও শুধু আমার বুকে মুখ লুকিয়ে থাকতে চায়। যখন তার কাছে যাই তখন ২৪ ঘণ্টার মধ্যে ২ ঘণ্টাও আমায় পৃথক রাখে না। আমার জন্য সে সব দিতে প্রস্তুত। আমার যা কিছু প্রয়োজনীয় সে তাতে তৎপর। আমার প্রতিটি বিষয়ে তার নজর আছে। সে সুন্দর। অতিমানবী।

(ভাগ্যের কথা এমন স্ত্রী পাওয়া—গ্রন্থকার)।

মিঃ ম্যাক ঃ আমি বিয়েকে দরকারী মনে করি। বিধবা-বিবাহ সমর্থন করি। বিয়ের অনুষ্ঠান না থাকলে মানবজগতে বিপর্যয় ঘটবে। লণ্ডনে একটি টাইপিস্ট মেয়েকে বিয়ে করতে চেয়েছিলুম ও প্রস্তাবও করেছিলুম, কিন্তু আমি সমমৈথুনক জেনে সে রাজী হয় নি।

এরপরে আর বিয়ের চেষ্টা করিনি। দুর্ভাগ্যবশত প্রকৃতিই আমাকে তার অযোগ্য করেছে। নারীদের প্রতি আসক্তিই হয় না।

আমার পূর্বপুরুষ ও গুরুজন রোম্যান ক্যাথলিক হিসাবে গোঁড়া ধর্মবাদী। আমি কিন্তু কোনও ধর্মে বিশ্বাসী নই ; রক্ত, জাতপাত, দেশ কোনটাই আমাকে সংকীর্ণতা দেয়নি।

সারা জগতে ঘুরে বেড়িয়েছি। এখনও আপনার দেশেই অবস্থান করছি। সারা বিশ্ববাসীই আমার ভ্রাতা-ভগ্নি।

জোর-জবরদস্তি বা শঠতা, কপটতা পছন্দ করি না। কামপ্রশমনের সুযোগ খুঁজি ও স্বেচ্ছায় সঙ্গী জুটলে উভয়ে তৃপ্তি দিই-নিই।

মনে হয় সারা জীবন এভাবেই কাটবে। আপনার তথ্যাহরণ সার্থক হোক।

মিঃ আহাদ ঃ উভয়ের কামতৃপ্তি, সংসারের দেখাশুনা ও বংশবৃদ্ধির জন্য বিবাহ অত্যন্ত দরকারী। ঘনিষ্ঠ আত্মীয়-স্বজন, বন্ধু-বান্ধবীর উপস্থিতিতে বিনা আড়ম্বরে সম্মতি জ্ঞাপন করিয়াই বিবাহ সমাধা হওয়া উচিত। রেজিস্ট্রী করিয়া রাখা ভাল। ইহার উপরে মন্ত্রতন্ত্র, দোয়া-দরুদ, জাঁক-জমক, খরচ-বাহুল্য এ সবই উদ্ভট ও অনাবশ্যক।

বিবাহের বহু উপকারিতার কথা আপনার পুস্তকেই (১ম খণ্ডে) আছে। উহাকে সর্বতোভাবে সার্থক করার উপদেশও।

দুর্ভাগ্যবশত গুরুজন আমার ইচ্ছা-অনিচ্ছার ধার না ধারিয়াই আমাকে বাল্যবিবাহে বাধ্য করেন।

বলিতে লজ্জা করে, গোঁড়া, অর্ধশিক্ষিত, পুরাতনপন্থী বৃদ্ধ বাবা (হাজী সাহেব, প্রায় ৮৯) আমাকে আমার ১০ বৎসর বয়সে নিকটবর্তী এক গাঁয়ের মাত্র ৪ বৎসরের অবুঝ মেয়েকে বিবাহ করিতে বাধ্য করেন। তখন পর্যন্ত বিবাহ সম্পর্কে ভাবিই নাই। ভালমন্দ বিচারের কথা উঠে না।

মনে আছে, আমাকে পাগড়ী পরাইয়া পাল্কিতে চড়াইয়া ঢাকঢোল সহ শ্বশুরবাড়ি পাঠানো হয়। ওখানে হাসাহাসি আমোদস্ফূর্তি সবাই করে। আমার কিন্তু তামাসাই মনে হইতেছিল।

উৎসবান্তে ভিন্ন এক পাল্কিতে আমাকে ও তার একটিতে আমার বালবধূকে বাড়ি আনা হয়। শুনিয়াছি ও নাকি পাল্কিতেই নেংটা হইয়া দাঁড়াইয়া থাকে ও নামাইবার সময়ে ওকে কাপড় পরানো হয়।

ওকে লইয়া সবাই আমোদ আহ্লাদ করেন ও আমাদের সম্পূর্ণ আলাদা রাখেন।

আমার কোন উৎসাহ বা আহ্লাদ হয় নাই—ওর আর কিইবা হইবে ? উভয়কে লইয়া গুরুজন এক নিদারুণ খেলা করিলেন মাত্র। পুতুলের বিবাহের মত।

বিবাহের সময়ে এই সম্পর্কে কোনও ধারণাই ছিল না। এই পুস্তক পড়িয়া বহু কুসংস্কার ও ভুল ধারণা দূরীভূত হইয়াছে। আপনার পুস্তক সমাজের মনোভাব মার্জিত করুক ইহাই কামনা করি।

মিঃ রহিম ঃ জীবজগতের ক্ষুধা-তৃষ্ণার মত যৌনক্ষুধাও একটি ক্ষুধা। ইহাকে পূরণ করা একটি রাজকীয় রাস্তা (royal road) থাকা দরকার। বিবাহপ্রথা একটি ঐরূপ পথ। সব জীবের মধ্যে মনে হয়, মানুষের যৌনক্ষুধা সবচেয়ে তীব্র।

বিবাহের উদ্ভট প্রণালীর কথা খবরের কাগজের মাধ্যমে যা জানিতে পারি তাই।

বিবাহ বিচ্ছেদের অনুমতি বা প্রথা থাকা উচিত ; স্ত্রী পুরুষ উভয়েরই সমান সমান অধিকারও।

বিধবা বিবাহের আমি পক্ষপাতী। কারণ যৌনক্ষুধা দুর্দমনীয়।

বিবাহের উপকারিতা-অপকারিতা সম্পর্কে আপনার পুস্তকে (১ম খণ্ডে) বলা আছে। ইহার অধিক বলার মত চিন্তা করি নাই।

বিবাহের বাসনা জাগে ২১ বৎসর বয়সে। ঐ সময় পূর্ণযৌবনা বিবসনা নারীমূর্তি দেখিবার ও ঘাটিবার প্রবল ইচ্ছা হয়, সম্ভবত স্বাভাবিক জৈবিক নিয়ম—বিপরীত লিঙ্গের প্রতি আকর্ষণ—এর জন্য এবং বিবাহই উহার সহজ পথ, তাই। স্ত্রী শিক্ষিতা, স্বাস্থ্যবতী ও সুন্দরী হইবে—এই চাহিয়াছিলাম। বাবা আমার মত লইয়া বিবাহ স্থির করিয়াছিলেন।

বিবাহের পূর্বে আমাকেই পাত্রী দেখিয়া আসিতে বলিয়াছিলেন। গুরুজনদের ব্যবস্থাপনায় গৃহশিক্ষকের কাছে পড়িবার কালে দেখিয়াছিলাম, কিন্তু রক্ষণশীলতার দরুন আলাপ করার সুযোগ হয় নাই। আমার বয়স ২২ বৎসর, স্ত্রীর ১৪। দেখিবার সময় হইতে একের প্রতি অন্যের টান অনুভব করিয়াছিলাম, পরে স্বীকারোক্তিতে একে অন্যেরটা জানিতে পারি। বিবাহের পর একে অন্যকে কাছে পাওয়ার প্রবল আগ্রহ জন্মে। খরচা কন্যাপক্ষের বেশী হইয়াছিল। বিবাহে খরচ করিবার মত আমার অবস্থা ছিল না।

বংশ, রক্ত, কুল, ধর্ম কোষ্ঠীবিচার শুভাশুভ লগ্ন বিচারের মধ্যে তখন কেবল ধর্ম ছাড়া আর কিছুরই ধার ধারিতাম না। আর এখন ধর্মেরও ধার ধারি না। অবশ্য আপনার পুস্তক ও অন্যান্য পুস্তক পাঠ আমাকে আরও উদার মতাবলম্বী করিয়াছে। আমি এইজন্য কৃতজ্ঞ। আপনাকে ধন্যবাদ।

আপনি সত্যিই একজন সমাজ সংস্কারক। কিন্তু দুর্ভাগ্য, আমাদের দেশে আপনার মত উদার মতাবলম্বী সমাজ সংস্কারক লোকের ন্যায্য সম্মান ও স্বীকৃতি নাই।

আপনার প্রস্তাবিত জাতি-ধর্ম-দেশ নির্বিশেষে অবাধ বিবাহ প্রচলন-দ্বারা জগৎ হইতে বর্ণপ্রথা, জাতি-বৈষম্য, ধর্মান্ধতা, কুসংস্কার ও সংকীর্ণতা দূর করিবার প্রস্তাব সুনিশ্চিত ও সময়োচিত। জগৎ ছোট হইয়া গিয়াছে। যোগাযোগ ত্বরান্বিত হইয়াছে। আন্তর্জাতিকতাকে কেন্দ্র করিয়া সবকিছু করা দরকার, জগতে শান্তি ও সুখ প্রতিষ্ঠা করাই একমাত্র উদ্দেশ্য হওয়া উচিত। পরিবার পরিকল্পনা প্রত্যেক যুবক-যুবতীর নখাগ্রের ব্যাপার হউক। অবিশ্বাস, হিংসা, ভয়, দুঃখ, নিরক্ষরতা ও দারিদ্র্য দূর হউক। আত্মবিশ্বাস, চিন্তার স্বাধীনতা ও বাকস্বাধীনতা প্রতিষ্ঠিত হউক।

শ্রীমতি মল্লিকা ঃ ১৭ বৎসর বয়সে প্রথম একজন পুরুষের প্রতি যৌন আকর্ষণ অনুভব করি। ঐ বয়সে যে হাসপাতালে ট্রেনিংয়ে ছিলাম সেখানকার একজন চোখের ডাক্তারের (২৮/২৯) সহিত আলাপে আলাপে প্রণয় জন্মে। ৩/৪ মাস তাঁহার সহিত পূর্বরাগ (courtship) চলে, পরে বিবাহ স্থির (engagement) হয়। তাঁহার চাকরি পাকা হইলেই বিবাহ হইবে এইরূপ স্থির হয়। প্রতি রবিবারে গির্জায় যাওয়া-আসার সময় ভিন্ন নির্জনে সাক্ষাতের সুযোগ কমই হইত। নির্জনে একত্র হইলেই চুম্বন-আলিঙ্গন ত করিতেনই, শেষের দিকে বক্ষ প্রচাপনও শুরু হয়, বিবাহ স্থির বলিয়া ইহাতে কোন বাধা দিতাম না। এই সমস্ত ভালই লাগিত। তিনি ইহার বেশী অগ্রসর হইবার চেষ্টা কখনও করেন নাই, আমারও যৌনমিলনের বিন্দুমাত্র কল্পনা কখনও মনে আসিত না। এমনকি বিবাহ হইলে যে তাঁহার সহিত ঘনিষ্ঠ দৈহিক সম্পর্ক স্থাপিত হইবে, এই চিন্তাও কখনও আসে নাই। অথচ তাঁহার প্রতি যে যৌন আকর্ষণ ছিল তাহার প্রমাণ, তাঁহার সঙ্গ পাইতে খুব ইচ্ছা হইত এবং তাঁহার আদর-সোহাগ, চুম্বন-আলিঙ্গন প্রভৃতি খুব ভাল লাগিত। বিবাহ সম্ভব হয় নাই। কিছুদিন পরে ঘটনাচক্রে আমাকে বাধ্য হইয়া অন্যত্র যাইতে হয়। তাঁহার সহিত আর কোন প্রকারের যোগাযোগ রাখা সম্ভব হয় নাই।

অপর এক হাসপাতালে কাজ করিবার সময় একটি রোগিনীর আত্মীয় (৩১/৩২) ছলে-ছুতায় আমার (১৯) সহিত আলাপ আরম্ভ করেন। রোগিনী প্রায় দুই মাস হাসপাতালে ছিল, এই দুই মাসের মধ্যে ক্রমশ ঘনিষ্ঠতা হয়। তাঁহার ব্যবহারে ও কথাবার্তায় তাঁহাকে খুব সুন্দর স্বভাবের ও সচ্চরিত্র লোক বলিয়া আমার ধারণা হয়। আমাকে না দেখিয়া তিনি থাকিতে পারেন না, আমার কথাবার্তা শুনিতে ও আমাকে দেখিতে তাঁহার খুব ভাল লাগে, আমাকে তিনি খুব ভালবাসিয়া ফেলিয়াছেন প্রভৃতি সর্বদাই বলিতেন এবং নানাপ্রকার কাল্পনিক কাহিনী (তখন অবশ্য এইগুলিকে সত্য বলিয়াই বিশ্বাস করিতাম) বলিয়া আমার সহানুভূতি আকর্ষণের চেষ্টা করিতেন।

রোগিনী হাসপাতাল হইতে চলিয়া যাইবার পরও তাঁহার যাতায়াত চলিতে থাকে। তাঁহার ভণ্ডামি আমি কোনদিনই বুঝিতে পারি নাই, ফলে আমিও তাঁহাকে কিছুটা ভালবাসিয়া ফেলি। গোপনে প্রায়ই রাত্রে আমার ঘরে আসিতেন ও প্রণয় নিবেদন করিতেন। এক ঘণ্টা কি দেড় ঘণ্টা থাকিয়া চলিয়া যাইতেন। এই সময়ে চুম্বন, আলিঙ্গন ইত্যাদি ক্রমে ক্রমে আরম্ভ করেন। প্রথম প্রথম বাধা দিতাম, তাহাতে বড় কাতর হইয়া পড়িতেন। প্রচুর সুযোগ পাইয়াও—রাত্রে পাশাপাশি একশয্যায় শুইয়া কতদিন গল্প-গুজব করিয়াছি—কোনদিন মিলনের উপক্রম করেন নাই বা ঘূণাক্ষরেও সে ইচ্ছা প্রকাশ করেন নাই। ইহাতে তাঁহার উপর অসম্ভব বিশ্বাস জন্মে। প্রায় ৫/৬ মাস এইভাবে মেলামেশার পর একরাত্রে তিনি (ভাবী স্বামী) যখন ঘরে ঢুকিয়াই দরজা বন্ধ করিয়া দিলেন এবং বিনা বাক্যব্যয়ে আমাকে ঠেলিয়া শয্যায় লইয়া গেলেন, প্রথমটা খুবই অবাক হই, কারণ এইরূপ আচরণ তাঁহার কখনও দেখি নাই। ভুরভুর করিয়া মুখ দিয়া মদের গন্ধ বাহির হইতেছে। তাঁহার মদ্যপানের বিষয় তখনও জানিতাম না। কিন্তু তখনও তাঁহার উদ্দেশ্য বুঝি নাই। তাঁহার এইরূপ আচরণের কারণ কি প্রশ্ন করাতে কোন উত্তর না দিয়া হঠাৎ যখন আমাকে বিবস্ত্রা করিবার উপক্রম করেন তখন তাঁহার মতলব বুঝিতে পারিয়া বাধা দিবার চেষ্টা করি। তাঁহাকে ঠেলিয়া সরাইয়া দিবার চেষ্টা করিতে করিতে একথা তাঁহাকে জানাইলাম যে, আমার ঋতুস্রাব হইতেছে। তাঁহার প্রতি, তাঁহার পূর্ব আচরণের জন্য এবং এতদিনের ঘনিষ্ঠতার ফলে, সত্যিই কিছুটা ভালবাসা জন্মিয়াছিল। ধরা পড়িলে তিনি ভীষণ শাস্তি পাইবেন—শুধু এই ভয় হওয়াতেই চীৎকার ত দূরের কথা, বেশী ধস্তাধস্তিও (খাটের উপরে ধস্তাধস্তিতে আওয়াজ হয় বলিয়া) করিতে পারি নাই। সর্ব উপায়ে তাঁহাকে প্রতিনিবৃত্ত করিবার চেষ্টা করিলাম, কিন্তু তিনি যখন কামোন্মত্ত এবং আমার সর্বনাশের মতলব লইয়াই আসিয়াছেন, ধস্তাধস্তি করিলে বেশী কষ্ট হয় বলিয়া স্থির পড়িয়া থাকিলাম। কিন্তু সে কি কষ্ট—কতক্ষণ পরে মনে নাই, বোধ হয় সতীচ্ছদ ছিন্ন হইবার পর এবং ঋতুরক্তের পিচ্ছিলতার জন্য শেষের দিকে কষ্ট কিছুটা কম হইল। তাঁহার কার্যসিদ্ধি করিয়া তিনি চলিয়া গেলেন। এইরূপে ধর্ষিত হইবার পূর্ব পর্যন্ত আমি যাহাকে বলে 'অক্ষতযোনী কুমারী' (Virgo intacta) তাহাই

ছিলাম। আমার কুমারীত্ব গেল বিবাহের পূর্বেই এবং পাশবিক অত্যাচারের ফলে—এইকথা ভাবি আর বুক যেন ভাঙ্গিয়া যায়। একাকী শুইয়া আকুলভাবে কাঁদিয়া সে রাত্রি শেষ হইল। আমার সতীত্ববোধ এত প্রবল যে, ভাবিলাম যে কুমারীধর্ম হরণ করিয়াছে সে বদমাইশ হউক আর যাহাই হউক না কেন, যে প্রকারেই হউক তাহার সহিতই বিবাহবন্ধনে আবদ্ধ হইতে হইবে, নতুবা ধর্মে পতিতা হইয়া বাঁচিয়া থাকা অপেক্ষা আত্মহত্যাই শ্রেয়।

৪/৫ দিন পর তিনি পুনরায় আসিলেন। আসিয়াই খুব দুঃখ প্রকাশ করিতে লাগিলেন, ক্ষমা প্রার্থনা করিলেন এবং এমন ভাব দেখাইলেন যে তিনি খুব অনুতপ্ত। ছয় মাসের মধ্যে কত সুযোগ পাইয়াও ত কিছু করেন নাই।*

একদিন বুদ্ধির দোষে মদ খাইয়া আসিয়া একটা কুকার্য করিয়া ফেলিয়াছেন, আমাকে তিনি প্রাণের চেয়েও ভালবাসেন; আমি যদি তাঁহার মত অযোগ্যকে গ্রহণ করি তবে আমাকে বিবাহ করিয়া ধন্য হইবেন প্রভৃতি বলিয়া আমার মনের গ্লানি একেবারেই ঘুচাইয়া দিলেন। তাহার পর পাশাপাশি শুইয়া ভবিষ্যৎ বিবাহের কথাবার্তা ও আদর-সোহাগ চলিতে লাগিল। ক্রমে তিনি রমণোপক্রম করাতে প্রথমটা যদিও ক্ষীণভাবে বাধা দিই, কিন্তু তখন আমার প্রকৃত মনোভাব ছিল এই, যাহা হইবার তাহা ত হইয়া গিয়াছে; একদিন হওয়াও যা পাঁচদিন হওয়াও তাহাই, আর বিবাহ ত হইবেই। সে রাত্রে পর পর ৪ বার সঙ্গম হয়। যতদূর মনে পড়ে প্রচুর শৃঙ্গার প্রয়োগ সত্ত্বেও প্রথমবার কষ্ট পাইয়াছিলাম, পরে চতুর্থবার সামান্য আনন্দ পাই। আমার মনের প্রতিক্রিয়া ত লিখিলাম, তাঁহার মনোভাব সম্বন্ধে তখন ভুল বুঝিয়াছিলাম; সত্যকার মনোভাব ছিল এই—ছলে, বলে ও কৌশলে নারী-সম্ভোগের যে ধারা তিনি চালাইয়াছেন, আমাকে দিয়াও সে বাসনা তাঁহার পূর্ণ হইল, এইবার কিছুদিন ভাঁওতা দিয়া উপভোগের পর কাটিয়া পড়িবেন। বিবাহ অবশ্য তিনি আমাকে করেন, কিন্তু তাহা মোটেই স্বেচ্ছায় নহে, বাধ্য হইয়া।

তিনমাস এইরূপ চলে। ৩ ৪ দিন পর পর আসিতেন, প্রায় সারারাত থাকিতেন, প্রতি রাত্রেই একাধিক মিলন হইত (২ হইতে ৫ বার)। যতবার তাঁহাকে বিবাহের কথা বলিতাম তিনি একটা না একটা অজুহাত দেখাইয়া দিন পিছাইতেন (আশ্চর্য এই যে, তাঁহার প্রত্যেকটি অজুহাত বিশ্বাস করিতাম; বড় বোকা ছিলাম)। শেষে গর্ভবতী হইয়া পড়িলাম, তাহার পর নানা ঘটনার মধ্য দিয়া বিবাহ হয়। কয়েক মাস পরে জানিতে পারি যে, আমার স্বামী দেবতাটি পূর্বেই বিবাহিত, প্রথম স্ত্রী ও সন্তানাদি বর্তমান অথচ আমি জানিতাম তিনি কুমার।

---

* কিছু যে করেন নাই তাহাও উদ্দেশ্যপ্রণোদিত। ইহার জন্য তাঁহাকে মোটেই সংযম অভ্যাস করিতে হয় নাই। আমার নিকট হইতে যে উত্তেজনা লইয়া যাইতেন তাহা নিবৃত্তির জন্য কামপাত্রীর তাঁহার অভাব ছিল না। তখন এইসব কিছু জানিতাম না; জানিলে কি আমার এই অবস্থা হইত।

—উত্তরদাত্রী

বিবাহ-বিচ্ছেদের অনুমতি ও প্রথা সকলের মধ্যেই থাকা অবশ্য প্রয়োজন। আমার জীবনী যাঁহারা পড়িবেন তাঁহারা অন্তত সকলেই আমার এই মত সমর্থন করিবেন। আমি ভুক্তভোগী। বাধ্য হইয়া বিবাহ করিতে হয় কিন্তু বিবাহ-বিচ্ছেদের অনুমতি ও প্রথা থাকিলে আমি প্রথম স্বামীর অবিবেচনা ও চরিত্রহীনতার ভুরি ভুরি প্রমাণ পাইয়াও ঘর ছাড়িয়া আর ফিরিতাম না। কবে বিবাহ-বিচ্ছেদ করিয়া বসিতাম। অথবা প্রথম সন্তানটি লইয়া একক জীবন যাপন করিতে পারিতাম—তাহাতে নিজের ভরণপোষণ ও সন্তান-পালন বেশ ভালভাবেই চলিয়া যাইত এবং এতগুলি গর্ভধারণের (প্রতিটি গর্ভই অবাঞ্ছিত) দায় হইতে বাঁচিতাম। কতবার এরূপ স্বামীর ঘর আর করিব না মনে করিয়া বাড়ি হইতে চলিয়া গিয়াছি। স্বামীর কূটকৌশল এবং ছেলেমেয়েদের মায়ায় আবার তাঁহার ঘরে ফিরিতে হইয়াছে এবং ঘোর অনিচ্ছাসত্ত্বেও তাঁহার সন্তান আবার গর্ভে ধারণ করিতে হইয়াছে। রক্ষা এই যে, তিনি মরিয়া গিয়া আমাকে বাঁচাইয়াছেন।* তাঁহার আত্মার সদ্গতি কামনা করি।

গ্রন্থকার ঃ এই কয়টি উত্তর হইতেই পাঠক-পাঠিকা বুঝিতে পারিবেন, বিবাহকার্য সমাধা নানাভাবে হয়; উহাতে বিবেচ্য ও কর্তব্য বহু বিষয়ই অবহেলিতও হয়। দত্ত মহাশয় ও মিঃ আহাদকে মা ও বাবার ইচ্ছাক্রমে বাল্যবিবাহ করিতে হয়। শ্রীমতী মল্লিকাকে আবার প্রবঞ্চিতা ও ধর্ষিতা হইয়া বিবাহ করিতে হয়। তাঁহাদের তিক্ত অভিজ্ঞতা সহানুভূতির যোগ্য।

বিবাহের ইতিহাস, আচার অনুষ্ঠান, উহাতে ধর্মের প্রভাব ও নানা ধর্মীয় অনাচার, উহার আদর্শ রূপ ও উহাতে যুক্তিসম্মত বিবেচ্য ও কর্তব্য, বিধিনিষেধ প্রভৃতির দীর্ঘ আলোচনা আমি এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে করিয়াছি। জীবনের সর্বাপেক্ষা গুরুত্বপূর্ণ এই পদক্ষেপের পূর্বেই পাঠক-পাঠিকারা ও তাঁহাদের অভিভাবক-অভিভাবিকারা সকলেই ধীরে, সুস্থির চিত্তে সকল দিকে বিবেচনা করিয়া দেখিবেন, এই কামনাই করি।

"Marriage is a blessing to a few, a curse to many and a great uncertainty to all!"—এই প্রবাদ বাক্য বহুলাংশে সত্য।

জন্মনিয়ন্ত্রণ

১৭। সন্তানের জন্ম বা মৃত্যুর উপর মানুষের হাত নাই—এই সাধারণ ধারণাই কি আপনার এই পুস্তক পড়িবার পূর্বে ছিল? এখনও আছে? ধর্মমত বা জনপ্রবাদ বা অন্য কিছু কি ঐ ধারণার জন্য দায়ী?

জন্মনিয়ন্ত্রণের ব্যাখ্যা ও কৌশল দেখিয়া এবং পাশ্চাত্য দেশে সন্তানের সংখ্যা সুনিয়ন্ত্রিত, এই কথা শুনিয়াও কি আপনার ঐ ধারণা রহিয়া গিয়াছে?

* ইহার পর তিনি ডাক্তার সেন-এর ভালবাসা, আদর-যত্ন লাভ করেন ও তাঁহাকে বিবাহ করিয়া সুখী হন।—গ্রন্থকার।

জন্মনিয়ন্ত্রণ সম্বন্ধে জ্ঞান কি আপনার বিবাহের পূর্বেই হইয়াছিল বা হইয়াছে ? কিরূপে ? শুনিয়া না পড়িয়া ? কি কি পুস্তক পড়িয়া ? পুস্তকগুলির তুলনামূলক সমালোচনা করুন।

মিঃ দত্ত ঃ সন্তানের জন্ম বা মৃত্যুর উপর মানুষের হাত নাই—এই ধারণা এই পুস্তক পড়িবার পূর্বেও আমার ছিল না। আমাদের দেশের অসংখ্য নর ও নারী ঐরূপ ধারণা পোষণ করে। ধর্মমত, জনপ্রবাদ, অশিক্ষা, কুসংস্কার ইত্যাদিই ঐরূপ ধারণার উৎস।

না। জন্মনিয়ন্ত্রণের ব্যাখ্যা পড়িয়া, কৌশল দেখিয়া ও পাশ্চাত্য দেশে সন্তানের সংখ্যা পিতামাতার ইচ্ছানুযায়ী সুনিয়ন্ত্রিত, এ কথা জানিয়া সকলেই সন্তানের সংখ্যা ইচ্ছামত সংযত রাখিতে পারে—এই বিশ্বাস আমার আছে এবং আমার দেশবাসীরও হওয়া উচিত।

জন্মনিয়ন্ত্রণ সম্বন্ধে জ্ঞান বিবাহের পূর্বে ছিল না। পরে হয়। কোন্ কোন্ পুস্তক পড়িয়া নাম মনে নাই। আপনার পুস্তকগুলি, বিশেষ করিয়া 'জন্মনিয়ন্ত্রণ' ও 'Ideal Family Planning' ব্যাপকতা, বিজ্ঞানসম্মততা প্রভৃতিতে সেকালের পুস্তকগুলি অপেক্ষা অনেক শ্রেষ্ঠ। এই খণ্ডের আলোচনা ও ঐ পুস্তকগুলি পড়িলে জন্মনিয়ন্ত্রণ সম্বন্ধে সকল সন্দেহের অবসান হইবে এবং অযথা পরিবার বৃদ্ধির আশঙ্কা দূরীভূত হইবে। আপনি আমাদের দেশবাসীর কৃতজ্ঞতার পাত্র।

মিঃ কাজী ঃ আমার পূর্বকার ও বহু লোকেরই ধারণা ঃ জন্ম ও মৃত্যু খোদার হাত। এখন বুঝি, মানুষের চেষ্টা-চরিত্রের জন্ম ঠেকানো ও মৃত্যু পিছিয়ে দেওয়া যায়। এই পুস্তকে যে প্রাঞ্জল ব্যাখ্যা করা আছে এ রকমটা আর কোথাও পড়িনি।

মিঃ আহাদ ঃ বিবাহিতা স্ত্রীর সঙ্গে সহবাস হয় আমার বিবাহের প্রায় এগারো বৎসর পরে। ঐ সময় পর্যন্ত জন্মনিয়ন্ত্রণের কোনও ধারণা ছিল না। স্ত্রীর সঙ্গে অবাধ মিলন সংঘটিত হইল এবং ফলে ২ ৩ বৎসরে প্রথম পুত্রসন্তান হয় ও সঙ্গে সঙ্গে মারা যায়। এর পরে একত্রবাস নিরবচ্ছিন্ন হইতে থাকিল। তখন জন্ম ঠেকাইবার কোনও চেষ্টা করি নাই। ২ বৎসর পরে আর একটি কন্যা জন্মগ্রহণ করিল। মেয়ের এগারো মাস বয়সের সময়ে স্ত্রী অসুস্থ হইয়া মারা যান—(১৯৩২)। এর পরের আট বৎসর বিবাহ করি নাই কিন্তু বিবাহেতর মিলন বহু করিয়াছি। তবে জন্মনিয়ন্ত্রণের কোন খেয়াল করি নাই।

১৯৪০ সালে আমি দ্বিতীয় বিবাহ করি ও ঠিক এক বৎসর পরে একটি মেয়ে হয়। আবার দেড় বৎসর পর আরও একটি মেয়ে হয়। পর পর দুইটি মেয়ে হওয়ায় ছেলের আশায় জন্মনিয়ন্ত্রণ করি নাই। তৃতীয় সন্তান পুত্র আরও প্রায় দুই বৎসর পরে হয়। ইহার পর আপনার পুস্তক ও অন্যান্য বই পড়িয়া জন্মনিয়ন্ত্রণ করিতে থাকি। তবুও সাময়িক অসাবধানতার দরুন আরো একটি মেয়ে হয়।

মিঃ রহিম ঃ জন্ম বা মৃত্যুর উপর মানুষের হাত নেই—এ ধারণা আপনাব পুস্তক পড়ার পূর্বে আমারও ছিল ; অনেকের আছে। প্রচলিত ভুল ধর্মমত ও জনপ্রবাদ এই মতের জন্য দায়ী। এখন আমার সে ধারণা আর নেই। আমার আত্ম-পরিচিতি থেকে জানতে পারেন যে, আমি পুরানো যাবতীয ধর্মমতকে বিজ্ঞান বিবোধী ও ভ্রান্ত মনে করি। জন্ম ও মৃত্যুতে মানুষের হাত নিশ্চয়ই আছে ; অবশ্য প্রকৃতি নিয়মের অধীনে। যারা এই নিয়ম সম্বন্ধে যত অজ্ঞ তারা তত ধর্ম ও দৈবে বিশ্বাসী। জন্ম সম্বন্ধে বৈজ্ঞানিক তত্ত্ব ও তথ্য জানা থাকিলে ঐ ধারণা আর থাকে না। এই বিষয়ে সুলিখিত পুস্তক স্কুল কলেজে পাঠ্যপুস্তক হওয়া উচিত।

জন্মনিয়ন্ত্রণ সম্বধে আমার জ্ঞান বিয়ের পূর্বেই ছিল। আই. এস-সি পড়াকালে ১৯৩৯ খ্রীস্টাব্দে বাঙলা ভাষায় আপনার এই মূল্যবান বইটি পড়ার সৌভাগ্য আমার হয়। বিজ্ঞানের ছাত্র হিসেবে 'যৌনবিজ্ঞান' নামে আকৃষ্ট হয়ে অধীর আগ্রহে বইটি আগাগোড়া পড়ে ফেলি। ঐ সময়ে 'যৌবনপথে' ও 'নর নারীব যৌনবোধ' নামে আরও ২খানা পুস্তক পড়ি কিন্তু ওগুলোতে লেখা ও মুখে শুনে শেখা অনেক ভ্রান্ত ধারণা আপনার পুস্তকটি পড়ায় দূর হয়। আমি বিয়ে করি বি. এস সি. পড়াকালে।

শ্রীমতী মল্লিকা ঃ নারী-পুরুষের যৌনমিলন হইলেই সন্তান জন্মলাভ করিতে পারে, একমাত্র যৌনমিলন বন্ধ থাকিলেই সন্তানজন্ম বন্ধ থাকিতে পারে—বিবাহিতদের মধ্যে যৌনমিলন একটি স্বাভাবিক নিয়মিত ব্যাপার—কাজেই সন্তানজন্ম বন্ধ রাখিবার উপর কাহারও হাত নাই, পূর্বে এই সকল ধারণাই ছিল। বিবাহের পরও বহুদিন পর্যন্ত ঐ ধারণা ছিল। এখন ধারণা হইয়াছে যে, ঠিকমত চেষ্টা করিলে সন্তানজন্ম মানুষের সম্পূর্ণ ইচ্ছাধীন।

মৃত্যুর উপর কাহারও হাত নাই। তবে গর্ভাবস্থায় নিয়মপালন, দুইটি সন্তানের জন্মের মধ্যে উপযুক্ত ব্যবধান রক্ষা করা এবং উপযুক্ত যত্ন লইলে নিজেদের ও সন্তানদের স্বাস্থ্য অবশ্যই ভাল রাখা যায়।

ইহাও বিশ্বাস করি যে, যাহাবা নিঃসন্তান (বন্ধ্যা নারী বা উৎপাদিকা শক্তিবিহীন নর) তাহাদের সন্তান হইতে পারে যদি বন্ধ্যাত্বের সঠিক কারণ বাহির করিয়া উপযুক্ত-ভাবে চিকিৎসা করা হয়।

বর্তমানকালে আমাদের দেশেও কোনও কোনও দম্পতি সন্তানজন্ম সুনিয়ন্ত্রিত রাখিয়াছেন এইরূপ জানি। তবে আমাদের দেশে ঘরে ঘরে পালন করিবার ক্ষমতা না থাকা সত্ত্বেও কুকুর-বিড়ালের মত এক এক দম্পতির (এমনকি চিকিৎসকদের মধ্যেও) ৬/৭ ও ১০ ১২টি করিয়া সন্তান জন্মগ্রহণ করিতেছে দেখিয়াছি।

জন্মনিয়ন্ত্রণের সম্বন্ধে বিবাহের পূর্বে এবং বিবাহের পরেও অনেক দিন পর্যন্ত

কোনও জ্ঞান ছিল না। ডাঃ সেনের* নিকট প্রাপ্ত নিজ অভিজ্ঞতা ও শিক্ষা হইতে, অপর একজন ডাঃ বন্ধুর নিকট শুনিয়া এবং আপনার 'মাতৃমঙ্গল, জন্মবিজ্ঞান ও সুসন্তান লাভ' এবং 'জন্মনিয়ন্ত্রণ—মত ও পথ' পুস্তক দুইখানি পড়িয়া অনেকটা, অন্তত কার্যকরী জ্ঞানলাভ হইয়াছে। পুস্তক দুইখানি আপনারই, কাজেই তুলনার কোন প্রশ্ন উঠে না।**

১৮। জন্মনিয়ন্ত্রণের স্বপক্ষে ও বিপক্ষে যে সকল যুক্তি দেওয়া হইল সে সম্বন্ধে বা আরও যুক্তি অনুল্লিখিত থাকিলে আলোচনা করুন।

এই যুক্তিধারা পর্যালোচনা করিবার পর আপনি জন্মনিয়ন্ত্রণের আবশ্যকতা ও সুফল স্বীকার করেন কি না? না করিলে বিস্তারিত কারণ উল্লেখ করুন।

আপনার বা আপনার আত্মীয় স্বজনের অধিকসংখ্যক সন্তানাদি আছে কি? কত বেশী সংখ্যাকে আপনি অত্যধিক মনে করেন? আপনার মতে আদর্শ সংখ্যা কি ও কেন? ঐরূপ সন্তানলাভের আদর্শ সময়?

জন্মনিয়ন্ত্রণের আবশ্যকতা ও সুফল আপনার পরিচিত-পরিচিতাদের মধ্যে প্রচার করেন কি? না করিয়া থাকিলে এখন হইতে করিবেন কি? ইহাতে সামাজিক উপকার হইবে, এ কথা বিশ্বাস করেন কি?

মিঃ দত্ত : ইহার বিপক্ষে একটি কথা বলা হইয়া থাকে এই যে, শিক্ষিত, বুদ্ধিমান, দায়িত্বজ্ঞানসম্পন্ন লোকেরাই জন্মনিয়ন্ত্রণ করিয়া থাকে ও করিবে। সুতরাং ঐ বিষয়ে জ্ঞানের বিস্তারের ফলে সমাজে ক্রমশ ঐরূপ লোকের সংখ্যা কম হইবে, সুতরাং তুলনায় অশিক্ষিত, দরিদ্র ও মূর্খদের অনুপাত বাড়িতে থাকিবে। ফলে সংখ্যাধিক্যে তাহারাই সমাজ চালাইবে এবং উচ্চশ্রেণীর লোকদের দাবাইয়া রাখিবে ও ধ্বংস করিবে; উত্তরে বলা যায় যে, (ক) শক্তি সংখ্যায় নয়, গুণে। (খ) আদর্শ রাষ্ট্রে এই বিষয়ে জ্ঞান শহরের বস্তিতে এবং গ্রামে প্রচারের ব্যবস্থা করিবেন। (গ) প্রত্যেক সরকারী হাসপাতালে ও ডিস্‌পেন্‌সারীতে, ভ্রাম্যমাণ চিকিৎসালয়ে এবং আরও বেশী জন্মনিয়ন্ত্রণ (Clinic) খুলিয়া বিনা খরচে উপদেশ ও হাতে কলমে শিক্ষা এবং সস্তায় আবশ্যকীয় দ্রব্যাদি পাইবার ব্যবস্থা করিবেন। ফলে দারিদ্র্য, শিশুমৃত্যু, বহুপ্রসবিণীদের স্বাস্থ্যভঙ্গ ও অকাল-মৃত্যু, গর্ভপাত, ভ্রূণহত্যা প্রভৃতি কমিবে।

---

* উত্তরদাত্রী প্রথম স্বামীর অবহেলা, দুর্ব্যবহারের দরুন একজন পুরুষের সহিত প্রণয়াবদ্ধ হইয়াছিলেন। তাঁহাকেই ডাঃ সেন বলিয়া উল্লেখ করা হইয়াছে। পরবর্তী অনেকগুলি প্রশ্নের উত্তরে তাঁহারই উল্লেখ আছে। ডাঃ সেনের সম্বন্ধে পূর্ণ বিবরণ প্রথম খণ্ডের প্রশ্নমালার উত্তরে তিনিই দিয়েছেন। পরে ডাঃ সেন তাঁহাকে বিবাহ করিয়া তাঁহার প্রেমের মর্যাদা রক্ষা করেন এবং তাঁহার দাম্পত্য জীবন মধুর করেন।—গ্রন্থকার।

** এই পুস্তকের পরবর্তী সংস্করণ, গ্রন্থকারের 'Ideal Family Planning' এবং 'জন্মনিয়ন্ত্রণ' সর্বশেষ সংস্করণ তিনি পড়েন নাই। আমি পড়িয়াছি। আরও সুন্দর আলোচনা করা হইয়াছে।—ডাক্তার।

(শহরে শহরে ও মফস্বলে পরিবার পরিকল্পনা দপ্তর খুলিয়া ভারত ও বাংলাদেশ সরকার এই প্রচার করিতেছেন।—গ্রন্থকার)

আমি জন্মনিয়ন্ত্রণের সুফল ও আবশ্যকতার কথা কায়মনোবাক্যে স্বীকার করি। পাক-ভারত-বাংলাদেশের মারাত্মক লোকবৃদ্ধির কারণই অশিক্ষা, অদৃষ্টবাদ ও জন্মনিয়ন্ত্রণের আধুনিক মত ও পথের সম্বন্ধে অজ্ঞতা এবং ঔদাসীন্যতা।

নিজের বা আত্মীয়দের অধিকসংখ্যক সন্তান নাই।

পাঁচের অধিক সন্তান অত্যধিক মনে করি।

আমার মতে আদর্শ সংখ্যা চার। পিতা ও মাতার স্থান পূরণ করিতে দুইটি, ঐ দুইটির মৃত্যু হইলে তাহাদের স্থান লইতে, না হইলে জনসংখ্যা বৃদ্ধি করিতে আরও দুইটি। (তবে এই খণ্ডে আলোচিত লোকসংখ্যা বৃদ্ধির ভয়াবহতার পরিপ্রেক্ষিতে মাত্র দুইটিই আরও ভাল মনে হয়। গ্রন্থকার)

আমার মতে, সন্তান লাভের আদর্শ সময়ঃ (ক) পিতার ২৫ হইতে ৪০ এবং মাতার ২২ হইতে ৩৫ বৎসর বয়সের মধ্যে। (খ) উভয়ের সুস্থাবস্থায়; (গ) সন্তান পালন এবং তাহাদের শিক্ষা ও চিকিৎসার সঙ্গতি থাকার সময়; এবং (ঘ) ৩/৪ বৎসর পর পর।

জন্মনিয়ন্ত্রণের আবশ্যকতা ও সুফল সর্বত্র প্রচার করি।

ইহার উপকারিতায় বিশ্বাস করি ও সারা সমাজে প্রচার কামনা করি।

মিঃ কাজী ঃ আমি জন্মনিয়ন্ত্রণের সুফল মনেপ্রাণে স্বীকার করি। এটা না করার কুফল ঘরে ঘরে দেখি। আমার বোনের ৬, শ্বশুরের ৮, চাচা-শ্বশুরের ১০টি সন্তান। আত্মীয়-স্বজন, পাড়া-প্রতিবেশীর মধ্যেও ও রকম! অভাব-অনটন লেগেই আছে—থাকবেই ত!

মিঃ আহাদ ঃ আপনার বই পড়ার সুযোগ হয় আমার কয়েকটি সন্তান হইবার পর —এই কথা আগেই বলিয়াছি। আমারই ভাইবোনের সংখ্যা বহু। ৮০ বৎসর বয়সের পরেও আমার বাবা একাধিক স্ত্রী রাখিতেন ও সন্তান জন্ম দিয়াছেন। আমার আত্মীয়-স্বজনেরাও অনেকেই বহু সন্তানের ভার বহন করেন।

লোকসংখ্যা বৃদ্ধির যে ভয়াবহ পরিণামের কথা আপনি লিখিয়াছেন তাহাতে জন্মনিয়ন্ত্রণকে বাধ্যতামূলক করা ছাড়া আর মানুষের নিস্তার নাই। আমি এইকথা জোরসোরে প্রচার করি।

মিঃ রহিম ঃ 'জন্মনিয়ন্ত্রণ মন্ত্রে' আমি একজন 'কন্‌ভার্ট' এবং তাকে জীবনের অন্যতম ব্রত মনে করি। আমার বাবা-মার ১২টা সন্তান; আমি সবার বড়। সীমিত আয় ও বড় পরিবারের অর্থনৈতিক দুর্ভোগের আমি একজন ভুক্তভোগী। এ অবস্থা কেবল আমার বা আমার আত্মীয়-স্বজনের নয়, এ অবস্থা আমাদের দেশের প্রায় প্রত্যেকেরই।

এ বিষয়ে আপনি বিস্তারিত ব্যাখ্যা করে একটি সামাজিক উপকার করেছেন। অধিক বলা নিষ্প্রয়োজন, তবুও সংক্ষেপে আমার মত ঃ

পরিমিত স্থানের পৃথিবী বর্তমানে 'জনসংখ্যা-বিস্ফোরণ'-এর দরুন যেভাবে মুহুর্মুহু প্রকম্পিত (birth-quake) হচ্ছে, তাতে জন্মনিয়ন্ত্রণের বিপক্ষে আর কোন যুক্তি টেকে না। যে হারে লোক বাড়ছে, তাতে আমাদের দেশের বর্তমান লোকসংখ্যা ২০ বছরে দ্বিগুণ ও পৃথিবীর ৩০ বছরে দ্বিগুণ হবে। তখন কী ভয়ঙ্কর পরিস্থিতি হবে তা যদি সকলে কল্পনা করতে পারত তবে সকলে যে একটি 'কলেমা' পড়ত তা হত ঃ "উপযুক্ত বয়সে বিয়ে করব, কিন্তু দু'টার বেশী সন্তান উৎপাদন করব না।"

আমার আত্মীয়-পরিচিতদের ভেতরে যাদের বহু সন্তান হয়ে গেছে ও আরও হবার আশঙ্কা আছে, তাদের অনেককেই অস্ত্রোপচারে বন্ধ্যা করে দিয়েছি।

(ইনি বাস্তবিকই মস্ত বড় সমাজসেবক। —গ্রন্থকার)

শ্রীমতী মল্লিকা ঃ আগেই উল্লিখিত বই দুইখানিতে পূর্ণভাবে ও এই খণ্ডে মোটামুটিভাবে জন্মনিয়ন্ত্রণের স্বপক্ষে ও বিপক্ষে যে সমস্ত যুক্তি দেওয়া ও আলোচনা করা হইয়াছে তাহা অতি সুন্দর। বিরুদ্ধ-যুক্তিগুলি খণ্ডিত হইয়াছে। আজিও ইহার বিরুদ্ধে যে কোনও রূপ যুক্তিতর্ক উঠিতে পারে তাহা আশ্চর্য মনে হয়।

পূর্বে নিজ অজ্ঞতার জন্য এবং আগাগোড়াই প্রথম স্বামীর অবিবেচনার জন্য যে কয়টি সন্তান ধারণ করিয়াছি তাহার প্রত্যেকটি অবাঞ্ছিত। যদি তাহা না হইত তাহা হইলে আমার দেহসৌষ্ঠব ও স্বাস্থ্য নষ্ট হইত না, নিজের স্বাধীনভাবে অর্থোপার্জনে এইরূপ বাধার সৃষ্টি হইত না এবং আমার সন্তানগণ যেরূপ অযত্নে লালিত-পালিত হইয়াছে তাহা হইত না। আমার ব্যক্তিগত জীবনে এই সমস্ত কারণেই জন্ম-নিয়ন্ত্রণের যথেষ্ট আবশ্যকতা ছিল এবং এখনও আছে।

আমার নিজের পাঁচটি সন্তান। আত্মীয়-স্বজনের মধ্যে কাহারও কাহারও ৯/১০টি সন্তানও আছে। তাঁহাদের ৯/১০টি সন্তান-সংখ্যাকে নিশ্চয়ই অত্যধিক মনে করি। এমনকি, যদিও আমরা স্বামী স্ত্রী উভয়েই উপার্জন করিয়াছি এবং করি—আমার পক্ষেও আমাদের আর্থিক সঙ্গতি পাঁচটি সন্তান ভালভাবে মানুষ করিবার পক্ষে যথেষ্ট নহে বলিয়া আমার ধারণা হইয়াছে। বিশেষত আমার পেশা বিবেচনা করিলে আমার পক্ষে একটি বা দুইটি সন্তানের বেশী উপযুক্তভাবে লালন-পালন করা কিছুতেই সম্ভব নহে, ইহা সহজেই বুঝা যায়। আমার কোনও সন্তানকেই নিজে বিশেষ দেখাশুনা করিতে পারি নাই, ফলে তাহাদের কাহারও স্বাস্থ্য বিশেষ ভাল নহে। বর্তমানে সংসারের চাপে আমার পেশা ত একরূপ ছাড়িয়াই দিতে হইয়াছে।

প্রথম সন্তান জন্মলাভের আদর্শ সময় মাতার ১৮ হইতে ২০ বৎসর বয়স, শেষ সন্তান লাভের সময় মাতার ৩০ বৎসর বয়সের মধ্যে ; এবং প্রতি দুইটি সন্তানের কমপক্ষে ৩/৪ বৎসরের ব্যবধান থাকা উচিত।

জন্মনিয়ন্ত্রণের আবশ্যকতা ও সুফল পরিচিত-পরিচিতাদের মধ্যে যতদূর সম্ভব প্রচার করি। অধিকাংশ ক্ষেত্রেই মাতাদিগকে এই বিষয়ে আগ্রহান্বিত দেখি, কিন্তু অনেকে

বলেন যে, তাঁহাদের স্বামীরা এই বিষয়ে অদ্ভুত রকম উদাসীন। অন্যের কথা কি বলিব, প্রধানত প্রথম স্বামীর অবিবেচনা ও হৃদয়হীনতার জন্য আমার নিজের পক্ষেই ত জন্ম-নিয়ন্ত্রণ সম্ভব হয় নাই।

সত্যকার জন্মনিয়ন্ত্রণ বলিতে যাহা বুঝায় তাহার বহুল প্রচারে সামাজিক উপকার হইবে, ইহা আমি মনেপ্রাণে বিশ্বাস করি।

১৯। আপনি/আপনার স্বামী নিরুদ্ধ সঙ্গম, আসন কৌশল, মিলনের পর ব্যায়াম, স্ত্রীর সঙ্গে সঙ্গে প্রস্রাব করা বা ধুইয়া ফেলা ইত্যাদির দ্বারা জন্মনিয়ন্ত্রণের চেষ্টা করিয়া থাকিলে বৃত্তান্ত লিখুন।

আপনার স্ত্রীর প্রসবের পর পুনরায় ঋতু দেখা দিবার পূর্বেই আবার গর্ভ সঞ্চার হইয়াছে কি? ঐ সময়ের মধ্যে অবাধ মিলন সত্ত্বেও গর্ভ না হইয়া থাকিলে, কতবার ইত্যাদির বিবরণ দিন।

'নিরাপদ' কাল-এর যে ব্যাখ্যা দেওয়া হইয়াছে, ঐ সময়ে অবাধ মিলনের ফলাফল লক্ষ্য করিয়াছেন কি? কিভাবে উহা গণনা করিয়াছেন?

এই পুস্তকে বর্ণিত উপায়ে পরীক্ষা করিয়া ফলাফল জানাইবেন কি? (যাঁহাদের শীঘ্র শীঘ্র সন্তানলাভ করিবার ইচ্ছা, লাভ হইলে ভয় নাই, তাঁহারা অনায়াসে পরীক্ষা করিয়া তথ্য যোগাইতে পারেন। এই বিষয়ে তথ্যের দরকার রহিয়াছে।)

সহবাস-বিরতির দ্বারা গর্ভ ঠেকাইবার চেষ্টা করিয়াছেন কি? কতকাল ও ফলাফল?

মিঃ দত্ত ঃ নিরুদ্ধ-সঙ্গম অর্থাৎ শেষ মুহূর্তে বিযুক্ত (withdrawal) করি না।

আসন কৌশল, মিলনের পর ব্যায়াম প্রভৃতি দ্বারা গর্ভ নিবারণের চেষ্টা করি নাই। মিলনের পর ঠাণ্ডা জলে ভিতর অবধি ভাল করিয়া ধুইলে গর্ভ নিবারিত হয়, ধীরেন্দ্রনাথ পাল লিখিত (১৮৮৪ খ্রীস্টাব্দে প্রকাশিত) 'নারীদেহতত্ত্ব'-এর ৩২ পৃষ্ঠায় এই কথা দেখিয়া (সম্ভবত আমার কাছে শুনিয়া) আমার স্ত্রী বরাবর ঐরূপ (হাত দিয়াই) করিতেন। হয়ত ইহাতে কিছু ফল হইয়াছে, কারণ অনেক সময় চেক পেসারী ব্যবহার না করিয়াই মিলন হইত তবু সন্তান কম ও কয়েক বৎসর পর পর হইয়াছে।

(এই ব্যবস্থার উপর নির্ভর করা যায় না। সরাসরি জরায়ুতে শুক্রকীট প্রবেশ করিয়া যাইতে পারে। এইজন্য অনেক সময়ে পিচকারী ব্যবহারেও ফল হয় না। —গ্রন্থকার)

স্ত্রীর প্রসবের পর পুনরায় ঋতু দেখা দিবার আগে গর্ভ হয় নাই।

নিরাপদকালে অবাধ মিলনে সুফলই দেখিয়াছি। সন্তানাদি কম ও দেরিতে হইয়াছে।

(এই সুখের সংবাদ। তবে যাঁহারা নিশ্চিতভাবে জন্মনিয়ন্ত্রণ করিতে চাহেন তাঁহারা উহার উপর সম্পূর্ণ নির্ভর করিবেন না। যাঁহাদের তত ভয় নাই, তাঁহারা প্রদত্ত পরামর্শমত করিয়া ফলাফল জানান। —গ্রন্থকার)

ঋতুর দশম বা একাদশ দিন হইতে পঞ্চদশ বা ষোড়শ দিন অবধি উর্বর সময় ধরিয়াছি। অন্য সময়কে নিরাপদ সময় মনে করিয়াছি।

আর পরীক্ষার সুবিধা নাই, কারণ বন্ধ্যাকরণ অস্ত্রোপচার করিয়াছি।

সহবাস বিরতি দ্বারা গর্ভ ঠেকাইবার চেষ্টা করি নাই। করাও উচিত নহে। কারণ মাসে বা তিন মাসে একবার সহবাস করিলেও গর্ভ-সঞ্চার হইতে পারে। অথচ, এই দীর্ঘ দিন বিরতিতে স্বামী-স্ত্রীর শারীরিক ও মানসিক ক্ষতি হইতে বাধ্য। মহাত্মা গান্ধী এইরূপ পরামর্শ দেন ; ইহাই যুক্তিযুক্ততা অন্তত আমি বুঝিতে পারি না।

মিঃ কাজী : আমি হালে মাত্র বিয়ে করেছি। অবাধ মিলনের ফলেই স্ত্রী সন্তান-সম্ভবা। প্রসবের পরে সাবধান হব। কৌশলাদির ফলাফল পরে জানাব।

মিঃ আহাদ : আগেই বলিয়াছি আমার দ্বিতীয় স্ত্রীর পর পর সন্তান জন্মের কথা। তৃতীয়টির পরে কনডম ব্যবহার করিতে থাকি তবুও আর একটি সন্তান অসাবধানতার ফলস্বরূপ হয়। ইহার ২০ বৎসর পর্যন্ত কড়াকড়িভাবে কনডম ব্যবহার করি ও সফল হই। অন্য কোনও পন্থা অবলম্বন করি নাই।

মিঃ রহিম : জন্মনিয়ন্ত্রণের উদ্দেশ্যে ধারক সঙ্গম ও বহির্যোনি সঙ্গম করেছি। কিন্তু ওসব মোটেই নির্ভরযোগ্য নয়। স্খলন ব্যতীত রতিকালেও শুক্রকীট নির্গত হয়ে স্ত্রীর ডিম্বের সঙ্গে অনায়াসেই মিলিত হতে পারে ও হয়। অতএব নির্ভরযোগ্য প্রণালী-গুলো সতর্কতার সঙ্গে নিয়মিতভাবে ব্যবহার করতেই হবে।

শ্রীমতী মল্লিকা : আমার নির্বন্ধাতিশয্যে আমার প্রথম স্বামী কয়েকবার নিরুদ্ধ-সঙ্গম করিয়া জন্মনিয়ন্ত্রণের চেষ্টা করিয়াছিলেন বটে, কিন্তু কোনও বারই সময়মত বিযুক্ত হওয়া তাঁহার পক্ষে সম্ভবপর হয় নাই। ইহার মধ্যে তাঁহার খানিকটা স্বার্থপরতাও ছিল বলিয়া মনে হয়—অর্থাৎ সংযুক্ত অবস্থায় স্খলনের আনন্দ হইতে নিজেকে কেন বঞ্চিত রাখিবেন ?

প্রণয়ী ও বর্তমান স্বামী ডাঃ সে মাঝে মাঝে নিরুদ্ধ-সঙ্গম করিতেন। তিনি সাধারণত আমার ঋতুস্রাব আরম্ভের পূর্বেকার ২/৩ দিন ইহা করিতেন। ইহা ভিন্ন যে ২/৩ বার ঋতুস্রাবের মধ্যে সহবাস হইয়াছে, সে কয়বারও নিরুদ্ধ-সঙ্গমই হইয়াছে। ইহার ফল ভালই হইয়াছে। বৈচিত্র্য হিসাবেই ইহা করা হইত মাত্র।

আসন-কৌশল, মিলনের পর ব্যায়াম, সঙ্গে সঙ্গেই প্রস্রাব করা বা অঙ্গ প্রক্ষালন করা প্রভৃতি উপায়গুলি একেবারেই অনিশ্চিত বলিয়া জন্মনিয়ন্ত্রণের উপায় হিসাবে কখনও এইগুলি করি নাই। সহবাসের পরেই প্রস্রাব করা এবং সাবান ও জল সহযোগে অঙ্গ-প্রক্ষালন করা ত আমার বরাবরের অভ্যাস—তাহাতে কোন ফল হয় নাই।

আমার প্রসবের পর পুনরায় ঋতু দেখা দিবার আগে কোনও বার গর্ভসঞ্চার হয় নাই। ঐ সময়ের মধ্যে অবাধ স্বামী-সহবাস হইয়াছে। সাধারণত আমার প্রসবের ৭/৮ মাস পরে ঋতু দেখা দেয় এবং তাহারও অনেক পরে পুনরায় গর্ভসঞ্চার হয়।

নিরাপদকালকে বিশেষ 'নিরাপদ' বলিয়া কখনও মনে করি নাই এবং ডাঃ সেনও বলিতেন ইহার উপর নির্ভর করা যায় না। ফলে, নিরাপদকালের সুযোগ কখনও লওয়া হয় নাই। তবে নিরুদ্ধ-সঙ্গম যে কয়দিন হইয়াছে নিরাপদকালেই হইয়াছে।

আর একটিবারের জন্যও গর্ভধারণের ইচ্ছা নাই, কাজেই নিরাপদকাল পরীক্ষা করিয়া ফলাফল জানানো আমার পক্ষে সম্ভব হইবে না।

আমার তৃতীয় গর্ভের সময় হইতেই প্রথম স্বামীকে ভবিষ্যতে যাহাতে আর গর্ভধারণ না করিতে হয় তাহার একটা ব্যবস্থা করিবার জন্য পীড়াপীড়ি করিতে থাকি। স্বামী সম্মত হইলেও কার্যক্ষেত্রে (তৃতীয় সন্তানের জন্মের পর) কয়েকবার নিরুদ্ধ-সঙ্গমের আন্তরিকতাবিহীন চেষ্টা ছাড়া আর কিছুই করিলেন না। যথাসময়ে পুনরায় গর্ভবতী হইলাম এবং এবার পঞ্চম মাসে গর্ভপাত ঘটানো হইল। গর্ভপাতকালে এত রক্তস্রাব হইয়াছিল যে, জীবনসংশয় উপস্থিত হয় এবং পরে সংক্রমণের জন্য দীর্ঘকাল ভুগিতে হয়। ইহার পর স্বামীর সহিত রীতিমত বচসা হয় এবং প্রতিজ্ঞা করেন যে, তিনি আমার সহিত আর সহবাসই করিবেন না। রেহাই পাইলাম ভাবিয়া সানন্দে তাহাতে সম্মত হইলাম। স্বতন্ত্র শয্যায় শয়নের ব্যবস্থা অনেকদিন হইতেই ছিল। ছয় সাত মাস ভালই কাটিল, কিন্তু তাহার পর হইতে মাঝে মাঝে মিলনের চেষ্টা চলিতে লাগিল, আমিও প্রতিবারই বাধা দিতাম। একরাত্রে ঘুমটা একটু গাঢ় হইয়াছিল। হঠাৎ ঘুম ভাঙিয়া দেখি, আমার ঘুমন্ত অবস্থাতেই স্বামী প্রায় আঙ্গিক মিলন সংস্থাপিত করিয়া ফেলিয়াছেন। তিনি বলপ্রয়োগেই স্বকার্যসাধন করিলেন। পরদিন হইতে স্বতন্ত্র কক্ষে শয়নের ব্যবস্থা করিলাম। কিন্তু আমার এমনই দুর্ভাগ্য যে, ঐ এক সঙ্গমের ফলেই গর্ভসঞ্চার হইয়া গেল।* গর্ভ যখন নিশ্চিত বুঝিতে পারিলাম, তখন মনে খুব দুঃখ হওয়া সত্ত্বেও এবং নিজের বিন্দুমাত্র কামনা না থাকিলেও স্বামীর ইচ্ছামত মিলনে আর কোন বাধা দিতাম না। যথাসময়ে চতুর্থ সন্তানের জন্ম হইল।

এইবারও স্বামী সহবাস-বিরতির প্রতিজ্ঞা খুব জোরের সহিত করিলেও কি কৌশলে জানি না গভীর রাত্রে আমার কক্ষে প্রবেশ করিয়া বলপ্রয়োগে মিলিত হইলেন। দ্বিতীয় সঙ্গমেই গর্ভাধান। ইহাকেই বলে ভাগ্যের পরিহাস! অবাঞ্ছিত পাঁচটি সন্তানের মাতা হইলাম। এই হইল আমার সহবাস-বিরতির দ্বারা গর্ভরোধের চেষ্টা ও তাহার ফলাফল!

২০। ধারক সঙ্গম, বহির্যোনি সঙ্গম, গরম সেক, এক্স-রে, গ্রাফেনবার্গ রিং, বোতাম, নল প্রভৃতির ব্যবহার, আইওডিনের প্রলেপ বা ব্রুকীট বা হরমোন ইনজেকশন, বিজ্ঞাপিত বা প্ররোচিত হাকিমী, কবিরাজী, ডাক্তারী ঔষধ সেবন বা তন্ত্রমন্ত্র ব্যবহার সম্পর্কে আপনার মতামত, অভিজ্ঞতা ও জানা খবর লিখুন।

মিঃ দত্ত ঃ জন্মনিয়ন্ত্রণের উদ্দেশ্যে ধারক-সঙ্গম করি নাই। বৈচিত্র্য হিসাবে কখনও

* যাহারা শুধু সংযম বা দীর্ঘবিরতির দ্বারা জন্ম ঠেকানো যায় মনে করেন, তাঁহারা লক্ষ্য করিবেন।
—গ্রন্থকার

কখনও করিয়াছি। ক্ষতি হয় নাই। আমি নিশ্চল থাকিতে পারি, কিন্তু আমার স্ত্রী পারেন না। সুতরাং শেষ অবধি 'ধারক' থাকে না। সফল হইতে হইলে দুই জনেরই স্থৈর্য ও ধৈর্য দৃঢ়, ইচ্ছাশক্তি প্রবল এবং কাম অন্তত মাঝারি হওয়া দরকার।

বহির্যোনি সঙ্গম নিজে করি নাই। স্ত্রীর ঋতুকালে বা প্রসবের পরে কামুক স্বামীরা অথবা গর্ভাশংকায় কুমারী বা বিধবার সহিত প্রণয়ীরা ঐরূপ করিয়া বাসনা চরিতার্থ করিয়া থাকে বলিয়া জানি।

গরম সেক, এক্স-রে-বোতাম, Grafenburg ring, আইওডিনের প্রলেপ ব্যবহার, শুক্রকীট বা হরমোন ইনজেকশন লই নাই।

ঔষধ সেবন অথবা তন্ত্রমন্ত্রের দ্বারাও চেষ্টা করি নাই।

পরিচিত-পরিচিতাদের মধ্যে বিজ্ঞাপিত ঔষধ অথবা তন্ত্রমন্ত্র, তাবিজ, কবচ প্রভৃতি ব্যবহার করিয়া জন্মনিয়ন্ত্রণ করিবার দৃষ্টান্ত আছে। **সবক্ষেত্রেই ঠকিয়া গিয়াছেন।** সংবাদপত্র, পঞ্জিকা প্রভৃতিতে ভুয়া ঔষধের বিজ্ঞাপন আইনের দ্বারা বন্ধ করিয়া দেওয়া উচিত।

মিঃ রহিম ঃ বিয়ের পর প্রথম কয়েক বছর আমি কেবল কনডম ব্যবহার করেছি। তারপর লাইগেশন না করা পর্যন্ত স্ত্রী কেবল পেসারী ব্যবহার করতেন এবং এতে তিনি সুনিপুণ ও সিদ্ধহস্ত হয়ে গিয়েছিলেন। মাঝে মাঝে হাতের কাছে কনডম বা পেসারী না থাকলে নিরুদ্ধ-সঙ্গম করেছি—তা কেবল জন্মনিয়ন্ত্রণের উদ্দেশ্যে নয়, ঘন ঘন মিলনের উদ্দেশ্যেও।

স্ত্রীর কোন অসুবিধা হত বলেননি, কারণ আমাদের চিরাচরিত অভ্যাসমত শৃঙ্গারের মাধ্যমে প্রত্যেকবার তাঁহাকে চরমপুলক দিয়ে আমি সঙ্গমে রত হই।

লাইগেশন বা ভাসেক্টমি ছাড়া জন্মনিয়ন্ত্রণ নিরাপদ নয় জানতাম। ঋতু কাল ও তারপর এক সপ্তাহ ও সন্তান হওয়ার পর পুনরায় ঋতু না হওয়া পর্যন্ত কালকে (তথাকথিত) 'নিরাপদ' সময় মনে করতাম। কিন্তু সবসময় ফল পাইনি। আমাদের ২য় সন্তান হওয়ার পর পুনরায় ঋতু না হয়েই স্ত্রীর গর্ভসঞ্চারে ৩য় সন্তান হয়।

নেহাত অসুস্থ থাকাকালীন সময় ছাড়া বিয়ের পর কোন সময় সহবাস হতে বিরত হইনি। ৪র্থ সন্তানের ৮ বছর পর পেসারী স্থানচ্যুত হওয়ায় আমাদের ৫ম ও শেষ সন্তানের জন্ম হয়। তারপর একেবারে লাইগেশন। আমার ১ম সন্তান ছাড়া সবগুলিই 'অ্যাকসিডেন্টাল' (!), পুরোপুরি সাবধানতার অবহেলায়।

শ্রীমতী মল্লিকা ঃ আমার প্রথম স্বামীর পক্ষে ধারক সঙ্গমের চেষ্টা করিবার কোনও প্রশ্নই উঠে না। ডাঃ সেনের পক্ষে ধারক-সঙ্গম সম্ভবপর ছিল এবং প্রধানত রতি-বৈচিত্র্যের জন্য ইহা মাঝে মাঝে তিনি করিয়াছেন।

আমার প্রথম স্বামী কখনও বহির্যোনি-সঙ্গম করেন নাই।

ডাঃ সেন ক্রীড়াচ্ছলে কয়েকদিন বহির্যোনি-সঙ্গম করিয়াছিলেন।

গরম সেক, এক্স-রে প্রভৃতি প্রয়োগ ; বোতাম, নল প্রভৃতির ব্যবহার ; আইওডিনের প্রলেপ অথবা শুক্রকীট বা হরমোন ইন্‌জেক্‌শন করিয়া জন্মনিয়ন্ত্রণ করিবার চেষ্টা কখনও করি নাই।

এইগুলির ব্যবহার সম্বন্ধে পুস্তকে পড়িয়াছি এবং ডাঃ সেন ও অপর এক ডাক্তার বন্ধুর নিকটে শুনিয়াছি, কিন্তু নিজের কোনও প্রত্যক্ষ অভিজ্ঞতা নাই বা কেহ করিয়াছেন বলিয়াও শুনি নাই।

জন্মনিয়ন্ত্রণ যে সম্ভাব্য ব্যাপার ইহাই ত প্রথম জানিতে পারিলাম ডাঃ সেনের নিকট হইতে। তাঁহার নিকট হইতে জন্মনিয়ন্ত্রণের নিশ্চিত উপায়গুলিও জানিতে পারি।

দুঃখের বিষয়, অনেকেই সহজ উপায় হিসাবে বিজ্ঞাপিত কবিরাজী, হাকিমী বা টোট্‌কা ঔষধ সেবন করিয়া জন্মনিয়ন্ত্রণের চেষ্টা করেন। ফলে সফলকাম ত হনই না, উপরন্তু কোনও কোনও ক্ষেত্রে বিপদও দেখা দেয়। আরও দুঃখের ও লজ্জার বিষয় এই যে, কোনও কোনও ডাক্তারকেও আমি এই উপায় অবলম্বন করিতে দেখিয়াছি।

একজন ডাক্তার (L.M.F.) ৭টি সন্তানের জন্মদানের পর স্ত্রীকে এক কবিরাজী ঔষধ খাওয়াইতে আরম্ভ করেন। তিন বৎসর ভালই কাটে (৭টি সন্তানই দেড় বা দুই বৎসর পর পর জন্মগ্রহণ করিয়াছে), ৪র্থ বৎসরের মাঝামাঝি ৮ম সন্তানের জন্ম হইল!

অন্য এক ডাক্তারের (M.B.) ৫টি সন্তান ২ বৎসর অন্তর অন্তর জন্মগ্রহণ করিবার পর স্ত্রী এক ফকিরের ঔষধ সেবন করিয়াছেন। স্ত্রীর এই পর্যন্ত আর সন্তান সম্ভাবনা হয় নাই (শেষ সন্তানের বয়স এখন ৮ বৎসর)।* হয়ত ৮ বৎসর গর্ভসঞ্চার না হওয়ার অন্য কোন কারণ আছে। তাঁহার গর্ভগ্রহণের বয়স যায় নাই, ইহার পরেও যে হইবে না কে বলিতে পারে?

অপর এক স্বাস্থ্যহীনা, ৬ সন্তানের জননী, পুলিশ-কর্মচারীর স্ত্রীকে জন্মনিয়ন্ত্রণ করিতে উপদেশ দিই। তিনি গর্বভরে আমাকে বলিলেন, "আপনারা ত কোন ওষুধ-বিষুধ জানেন না, এবার আমি এক ওষুধ খেয়েছি, দেখবেন আর ছেলেপুলে হবে না—যে যে এ ওষুধ খেয়েছে তাদের কারোই আর ছেলেপুলে হয়নি।" ঔষধে কোন কাজ হইবে না, এই মন্তব্য করিয়া চলিয়া আসিতে হয়। বর্তমানে তিনি ৫ মাস অন্তঃসত্ত্বা, তবে সাধারণত এক সন্তানের জন্মের পর যে সময়ে পরবর্তী গর্ভসঞ্চার হয় এই ক্ষেত্রে তদপেক্ষা ৪/৫ মাস বিলম্ব হইয়াছে।**

গ্রন্থকার ঃ প্রক্রিয়াগুলির ফলাফল যথাযথভাবে পুস্তকেই আলোচনা করিয়াছি।

---

*অপর একজন সিনিয়র (senior) এম.বি. ডাক্তার আমাব নিকট স্বীকার করিয়াছিলেন যে, জন্মনিয়ন্ত্রণ সম্বন্ধে তাঁহার বিশেষ কিছু জানা নাই।—উত্তরদাত্রী

আশ্চর্যের বিষয় এম. বি. ডাক্তার ফকিরের ঔষধ সেবন করাইলেন জন্মনিয়ন্ত্রণের উদ্দেশ্যে। এখন অবশ্য অভুালিন প্রভৃতি হরমোনঘটিত বটিকা সেবন নির্ভরযোগ্য।—গ্রন্থকার

** উল্লিখিত বিলম্বিত গর্ভসঞ্চার ঔষধের জন্যই যে হইয়াছে তাহা বলা বোধহয় ঠিক হইবে না। অবাধ মিলনেও ত গর্ভসঞ্চারের পর্যায়ক্রমে ব্যতিক্রম দেখা যায়।—গ্রন্থকার

পাক-ভারত-বাংলাদেশের হাকিম, কবিরাজ ও আধাডাক্তারদের বিজ্ঞাপিত ঔষধের ব্যবহার কখনও সমর্থন করি না এবং কেহ এই সম্বন্ধে উপদেশ লইতে আসিলে সর্বদাই নিষেধ করি। তবে ঠেকিয়া না শিখিলে (প্রশ্নের উত্তরে বর্ণিত পুলিশ-কর্মচারীর স্ত্রীর মত) উপদেশের মর্যাদাও কেহ কেহ দেন না। হরমোনঘটিত বিজ্ঞানসম্মতভাবে প্রস্তুতকারকদের Contraceptive Pills কার্যকরী।

দোয়া দরুদ, তন্ত্রমন্ত্র, তাবিজ-কবচ, দরগাহ-মন্দিরের উপর নির্ভর করা কুসংস্কার-মূলক ও নিষ্ফল।

২১। আপনাদের মতে জন্মনিয়ন্ত্রণের উপায়ের উৎকর্ষতা বিচারের সূত্র কি কি হওয়া উচিত ? কোন্‌টি বা কোন্‌গুলি সর্বোত্তম ?

কনডম, আমেরিকার টিপ, পেসারী ইত্যাদি স্ত্রীলোকের কনডম, স্পঞ্জ বা পিচকারী, কুইনাইন পেসারী, জেলী, ক্রীম, পেস্ট জাতীয় শুক্রকীটনাশক ঔষধাবলী ব্যবহার করিয়া থাকিলে তাহাদের সুবিধা অসুবিধা, ফলাফল লিখুন।

মিঃ দত্ত ঃ জন্মনিয়ন্ত্রণের উপায়সমূহের উৎকর্ষতা বিচারের সূত্র, আমার মতে, এইগুলি হওয়া উচিত।—(১) কত অধিক নিশ্চিত (২) দম্পতির যৌন আনন্দ উপভোগের পক্ষে কত কম বাধাস্বরূপ (৩) দম্পতির পক্ষে ব্যবহার কত বেশী সহজসাধ্য এবং (৪) কত কম খরচে।

কোনও প্রামাণ্য পুস্তক পাঠ করিয়া বা কোনও যৌনবিজ্ঞানবিদের নিকট হইতে উপায়গুলি শিখিয়া লইয়া এবং উপরে বর্ণিত সূত্রগুলি দিয়া বিচার করিয়া নিজেদের পক্ষে কোন্‌টি বা কোন্‌গুলি সর্বোত্তম তাহা দম্পতি নিজেরাই ঠিক করিয়া লইতে পারেন। আমার মতে, প্রথমেই স্থির করিতে হইবে, দম্পতির পক্ষে সন্তানজন্ম একেবারেই বন্ধ করা দরকার না কেবল বিলম্বিত করা দরকার।

(ক) যদি সন্তানজন্ম একেবারেই বন্ধ রাখা প্রয়োজন হয় তাহা হইলে বন্ধ্যাকরণই সর্বোৎকৃষ্ট বলিয়া মনে করি। পুরুষের বন্ধ্যাকরণ (Vasectomy বা Vasoligature) অপারেশন ভাল। কারণ—

(১) সারা জীবন ধরিয়া জন্মনিয়ন্ত্রণের জন্য পেসারী, কনডম, জেলী, ট্যাবলেট প্রভৃতির হাঙ্গামা ও খরচ বাঁচিয়া যাইবে। সরকারী হাসপাতালে অপারেশন করাইলে বিনা বা অল্প খরচে সম্ভব।

(২) নারীর বন্ধ্যাকরণ অপারেশনে পেট কাটিতে হয়, পুরুষের বন্ধ্যাকরণ সামান্য অপারেশন মাত্র।

(৩) বন্ধ্যাকরণ অপারেশন পুরুষের স্বাভাবিক রতিক্রিয়ায় বা বীর্যস্খলনে কোনও অসুবিধা হয় না। আমি নিজেই করাইয়াছি ও এইকথা সবাইকে বলি।*

*আরও বহুলোকের নিজেদের অভিজ্ঞতা হইতে এই কথার সমর্থন পাওয়া গিয়াছে। ঐ সম্পর্কে সবাইকে দ্বিধাহীন হইতে বলি।—গ্রন্থকার

(খ) গর্ভসঞ্চার শুধু বিলম্বিত করার জন্য, (১) দরিদ্রের পক্ষে স্পঞ্জ-কাপ পেসারীর (sponge-cup pessary) অথবা স্পঞ্জের সহিত নিজগৃহে প্রস্তুত (অথবা স্বল্প ব্যয়ে কোনও ডাক্তারখানা হইতে প্রস্তুত করানো) ল্যাকটিক অ্যাসিড্ জেলী বা বটিকা ব্যবহারই সর্বোত্তম।

(২) মধ্যবিত্ত বা ধনীদের মধ্যে যাঁহারা চেক্ পেসারী ঠিকমত ব্যবহার করিতে পারেন না (অথবা সন্দেহ স্থলেও) তাঁহাদের পক্ষে লিকুইড ল্যাটেক্সের তৈয়ারী পাতলা উৎকৃষ্ট কন্ডমের সহিত কোনও ভাল শুক্রকীটধ্বংসী ও পিচ্ছিলতা সৃষ্টিকারী (lubricating) জেলী কিংবা কোনও ভাল ফোমিং ট্যাবলেট, যাঁহারা চেক পেসারী ঠিকমত ব্যবহার করিতে পারিবেন তাঁহারা চেক্ পেসারীর সহিত জেলী বা ফোমিং ট্যাবলেট অথবা কন্ডমের সহিত জেলী বা ফোমিং ট্যাবলেট এই দুইটি উপায়ের যে কোনটি কিংবা ইচ্ছামত কখনও এটি কখনও ওটি ব্যবহার করিবেন।

(এই আলোচনাটি বাস্তবিকই বিজ্ঞজনোচিত।—গ্রন্থকার)

শ্রীমতী মল্লিকা ঃ আমার প্রথম স্বামী কখনও কনডম ব্যবহার করেন নাই। বর্তমান স্বামী ডাঃ সেন কন্ডম ব্যবহার করিতেন ও করেন। জন্মনিয়ন্ত্রণের উদ্দেশ্যে কন্ডমই (ও তৎসহ জেলী) বেশী ব্যবহৃত হইয়াছে। আমার কোনও আপত্তি ছিল না বা কোনই অসুবিধা হয় না। কারণ, স্পর্শানুভূতির কোনও ব্যাঘাত বুঝি না এবং স্খলন অনুভব করিবারও কোনও বিঘ্ন হয় না। খুব পাতলা (প্রায় স্বচ্ছ), সাদা, লিকুইড ল্যাটেক্সের তৈয়ারী কন্ডম ব্যবহৃত হয়, কন্ডমগুলির অগ্রভাগে একটি বোঁটার মত থাকে। আশ্চর্য এই যে, এত পাতলা হওয়া সত্ত্বেও কন্ডমগুলি খুব টেকসই। আর কোনও প্রকার কন্ডম ব্যবহার করিতে দেখি নাই, কাজেই তুলনামূলক আলোচনা করিতে পারিলাম না।

এই গ্রন্থকারের পুস্তকগুলিতে ব্যবহার ও পরীক্ষাবিধি বেশ ভালভাবে বুঝানো হইয়াছে।

আমি চেক্ পেসারী ব্যবহার করিয়াছি। ডাঃ সেনই মাপ ঠিক করিয়া উহা আনিয়া দিয়াছিলেন এবং তিনিই পরাইয়া দিতেন। আমি নিজে নিজে কখনও পরিবার চেষ্টা করি নাই, এখন চেষ্টা করিয়াও নিজে পরিতে পারিব না। পেসারীটি রবারের তৈয়ারী ছিল এবং একটি পেসারীই বহুদিন ব্যবহৃত হইত। উহার সহিত প্রতিবারই কোনও না কোন শুক্রকীটধ্বংসী ঔষধ ব্যবহার করা হইত। মিলনে কোনও সময় অকৃতকার্য হইতে হয় নাই। ইহাতে আমার কোন অসুবিধা হইত না, যদিও উহা কয়েক ঘণ্টা পর্যন্ত ভিতরেই থাকিত। আমার বা ডাঃ সেনের পূর্ণতৃপ্তিলাভের কোনও ব্যাঘাত ঘটে নাই।

কুইনাইন পেসারী, পেসারী ট্যাবলেট, জেলী প্রভৃতি শুক্রকীটনাশক ঔষধগুলির মধ্যে দুই প্রকার জেলী (Contraceptalene ও Orthogynol) এবং এক প্রকার ফোমিং ট্যাবলেট, কন্ডম বা পেসারীর সহিত ব্যবহৃত হইয়াছে।

গ্রন্থকার ঃ প্রক্রিয়াগুলির সুবিধা-অসুবিধা, কার্যকারিতা ইত্যাদি সম্পর্কে এই

পুস্তকে বহু কথা বলা হইয়াছে। একজন প্রৌঢ় (৪৫) উচ্চপদস্থ পাঠক লিখেন, "বিয়ের পরে, রাতদিন ও কিছু পর হতেই রাত বা দিন ও তারও কয়েক বছর পর হতে আমাদের একরাত বাদ দিয়ে পরের রাতে একত্র থাকলে নিয়মিত মিলন চলত ও চলে। বহুদিন জন্মনিয়ন্ত্রণের ধার ধারতুম না। ২ ৩ বার স্ত্রীর গর্ভপাত হল আর কয়েকটি ছেলেমেয়ের বাবা হতে গেল মাত্র ১২/১৩ বছর। হঠাৎ জন্মনিয়ন্ত্রণের হল দরকার ; জন্মনিরোধের বললেই ভাল হয়। জিজ্ঞাসাবাদ করায় লজ্জাবোধ হত। দু'একখানা পুস্তক পড়ে কিছু জ্ঞান হল। কনডম কিনতেও লজ্জা করত। চাকরের মারফতে স্লিপ লিখে যোগাড় করতুম।

"ব্যবহার করতে হল মুশকিল। কোনোটা খুলেই না, কোনোটা জড়িয়ে যায়, কোনোটা খুলতেই ফেটে যায়! জ্বালা আর জ্বালা। আবার পরতে গিয়ে হয়রান হই। কখনও কণ্ট পাই, কখনও ফাটিয়ে ফেলি। আবার কখনও ব্যবহারকালে ওটা ফেটে যায়।"

"এই সংকট ও বিরক্তির সময়ে আপনার 'জন্মনিয়ন্ত্রণ' পুস্তকটি হাতে আসে। তাতে ছবি দিয়ে খোলা, ধোয়া, পরীক্ষা করা, ওষুধ লাগানো ও ব্যবহারের সব কথা এত পরিষ্কার হয়ে পড়ল যে, স্বস্তির নিশ্বাস ছাড়লুম। কনডমগুলোও যেন নতুন আয়ু পেল। এক একটি ধুয়ে, মুছে রেখে রেখে ১০/১২ বার পর্যন্ত চলত। কণ্ট্রাসেপটালিন বা অর্থগাইলন ওষুধ ভেতরে লাগিয়ে শিশিতে রেখে শুতে যেতুম। এক সেকেণ্ডে পরা হত। নিজের ও স্ত্রীর কোন অসুবিধা হত না ও হয় না। একবারের বেশী একই রাত্রে দরকার হলে (যেমন সাময়িক প্রবাসের পর পুনর্মিলনে) একাধিক শিশিতে ভিন্ন ভিন্ন কনডম নিয়ে শুতুম।"

"স্ত্রীর কোন প্রস্তুতি বা মেহনতের দরকার হ'ত না। উনি মিলনে গর্ভ ভয়-মুক্ত হয়ে সকর্মক সাড়া দিতেন ও দেন। চরমপুলকলাভ উভয়ের প্রায়ই হত এবং হয়।"

"আমি ওটা ব্যবহারে এতটা অভ্যস্ত হয়ে গেছি যে, আর কোনও প্রক্রিয়ার কথা ভাবিই না। কি দরকার? স্ত্রী বেচারীও বলেন, বেশ ত নিষ্কৃতি দিয়েছ আমায়! উত্তম পন্থা।"

"আজ গত ১২/১৩ বছর ঠেকিয়ে রেখেছি সন্তান জন্ম। উভয়েই সুস্থ। প্রক্রিয়াটিকে আমরা অব্যর্থ মনে করি। এ ভাবেই চালিয়ে যাব বাকী জীবন। স্ত্রীর ঋতুসংহারের পর আর ভাবনা থাকবে না। আপনার সহজ সরল সচিত্র ব্যবহার-ব্যাখ্যার জন্য ধন্যবাদ।"

চশমার মতই কনডম সর্বজন-সমাদৃত। বিজ্ঞ পাঠকের কৃতিত্বই হইল উহা নিয়মিত ব্যবহার। বিফল হইবার সম্ভাবনা শুধু অবহেলায় বা অসাবধান ব্যবহারে।

পেসারী সম্পর্কে আরও সন্তোষজনক রিপোর্ট পাইয়াছি। একজন বিজ্ঞ অধ্যাপক (৫০) লিখেন, "আমার স্ত্রী শিক্ষিতা, মাস্টারী করেন। আমরা বহুদিন ধরে কনডম ব্যবহারে জন্মনিয়ন্ত্রণ করে আসছিলুম। ছেলেপুলে মাত্র তিনটি। দুটি ইচ্ছাকৃত জন্মদানে—একটি অবহেলার ফলস্বরূপ। এইটি হবার পর স্ত্রী জেদ ধরলেন,

এবার আর নয়। আমি নিজের হাতে ভার নেব। দু'জনেই আপনার 'জন্মনিয়ন্ত্রণ' পুস্তকটি পড়তে লাগলুম। স্ত্রী বললেন, পেসারীও ত ভাল মনে হয়। কিনে এনে উনি কসরৎ করতে লাগলেন। ঠিকমত বসানো দায় হল। মনে আশ্বস্ত হতে পারলুম না। স্ত্রী বললেন, হাঙ্গামায় কাজ নেই। 'যা-ই কর ভাল করে কর'—এই উপদেশ স্মরণ করে স্ত্রী বললেন, চল যাই ফ্যামিলী প্ল্যানিং এসোসিয়েশনের অফিসে। আমিও গেলাম সাথে।

"লেডী ডাঃ ওকে নিয়ে গিয়ে ঠিক সাইজের ডাচ পেসারী পরিয়ে দেখালেন। নিজে নিজে ২/৩ বার লাগাতে ও খুলতে বললেন। ব্যস্। স্ত্রী হাসিমুখে বেরিয়ে এসে বললেন, চল, শিখে নিয়েছি। তোমাকে আর ভাবতেও হবে না, মেহনতও করতে হবে না। আমি বললুম, ধন্যবাদ!"

"তারপর থেকে শুরু হল বিবাহিত জীবন ভোগের দ্বিতীয় পর্যায়। এখন মিলনের বার কমে এসেছে। স্ত্রী আমাকে জিজ্ঞেস করে তৈয়ার হয়ে নিতেন। আমি মিলনে নতুন স্বাদ পেলুম—বাধাহীন, উন্মুক্ত দেহ আদান-প্রদানে। আমাদের চরমপুলকলাভ প্রায়ই হয়ে থাকে। আজ প্রায় ১০ বছর যাবৎ নিরাপদেই যৌনজীবন ভোগ করে আসছি।"

"আপনার পাঠক-পাঠিকাদের অবগতির জন্য আরও একটু বলে রাখি। পেসারী বেশ টেকসই। এক একটা ২/৩ বছর চলে। তবে সাইজ বাড়াতে হবে কি না—দেখিয়ে নিই লেডী ডাক্তারকে বছর বছর। বদলানোর দরকার হয় নি ওঁর এখন পর্যন্ত। পেসারীর ভেতর-বাইরে কণ্ট্রাসেপ্টালিন বা অর্থগাইনল জেলী লাগানো হয়। কন্ডম যেমন শিশিতে পুরার কথা লিখেছেন, পেসারী চেপ্টা কৌটায় করে শিয়রে রাখা হয়। স্ত্রী এত অভ্যস্ত যে, পরতে ওঁর মাত্র ১০/১৫ সেকেণ্ড লাগে। কন্ডম যেমন পাল্টাতে হয়, পেসারী পরা অবস্থায় একাধিকবার মিলনেও হাঙ্গামা নেই। শুধু মিলনের পরেও ৬ ৭ ঘণ্টা ভেতরে রেখে দিতে হয়।"

"আমাদের সর্বোত্তম পন্থার সন্ধান মিলেছে। গর্ভনিরোধক আধুনিক বটিকা, ওষুধ বা অস্ত্রোপচারের কথা ভাবিও না।"

ব্যক্তিভেদে ব্যবস্থাভেদ হয়। বিচারবুদ্ধি খাটাইয়া যে কোনও নির্ভরযোগ্য পন্থা বাছিয়া লইয়া উহার নিয়মিত সদ্ব্যবহার করিতে হইবে। অবহেলাই অনুশোচনার কারণ হয়।

গর্ভসঞ্চারে গর্ভকালে ও প্রসবে কষ্ট হয় নারীদেরই। সন্তানের বাহুল্য হইলেই সংসারে হয় অনটন, স্বামীর অস্বস্তি ও উদ্বেগ বাড়ে।

তাই, পাশ্চাত্য জগতে নারীরা এখন আর পুরুষের উপরে জন্মনিয়ন্ত্রণের ভার ছাড়িয়া দিয়া তাহাদের অবহেলা, অসাবধানতার কুফল ভোগ করিতে রাজী নহেন।

অধ্যাপকের স্ত্রীর মত আমাদের দেশেও নারীরা এই বিষয়ে সজাগ হউন—এই আশাই করি।

২২। গর্ভনিবারক বস্তু বা ঔষধ নিকটে থাকা সত্ত্বেও কতবার ও কেন ব্যবহার করেন নাই বা করিতে পারেন নাই ?

বন্ধ্যাকরণ সম্বন্ধে আপনার মতামত কি পরিচিত-পরিচিতাদের মধ্যে কেহ অস্ত্রোপচারের দ্বারা বন্ধ্য বা বন্ধ্যা হইয়াছেন কি ? ফলাফল কি দাঁড়াইয়াছে ?

আপনি / আপনার স্ত্রী কোনও কারণে গর্ভপাত ঘটাইয়াছেন বা ঘটাইবার চেষ্টা করিয়াছেন কি ? কেন, কি প্রকারে, ফলাফল ইত্যাদি বিশদভাবে লিখুন। পরিচিতাদের মধ্যে সত্য ঘটনা জানিলে বৃত্তান্ত লিখুন। অবৈধ গর্ভসঞ্চারের দৃষ্টান্ত জানা থাকিলে বিবরণ লিখুন। অবৈধ গর্ভসঞ্চার গর্ভপাত, জারজ সন্তান লইয়া যে সমাজ-সমস্যা রহিয়াছে, সে সম্পর্কে আপনার মনোভাব, প্রস্তাবাদি কি ?

মিঃ দত্ত ঃ কোনও একজনের বা দুইজনেরই আলস্য বা ব্যস্ততাবশত শুধু ধোয়ার কার্যকারিতার উপর স্ত্রীর বিশ্বাস, নিরাপদ সময়ের উপর ভরসা—এইসব কারণে কখনও কখনও চেক পেসারী ঘরে থাকা সত্ত্বেও ব্যবহৃত হয় নাই।

স্বামীর ৪ ৫-এর পর তাঁহার অস্ত্রোপচারের বন্ধ্যা হওয়া উচিত, নতুবা যখন উপার্জন বন্ধ হইবে তখনও নাবালক সন্তান মানুষ করিবার থাকিবে। ফল সুনিশ্চিত।* ২০ বৎসর আগে আমার এক আত্মীয় (ব্যারিস্টার) ভিয়েনায় এই অপারেশন করান। তিনি বলেন যে, ইহার ফলে স্বাস্থ্য ও শক্তি ৩/৪ বৎসর আগের মত হয় এবং সেই উন্নতি ৩/৪ বৎসর অবধি থাকে, পরে ধীরে ধীরে বয়সানুযায়ী জরা আসে। আমি ৫৬ বৎসর বয়সে এই অপারেশন করাই। আগে উচ্চ সিঁড়িতে উঠিতে হাঁপ ধরিত, উহার পর (এখনও ৬১-তে) তেমন হয় না। তবে উরুতে ব্যথা হয়।

৫৪, ৫৫ ও ৫৬ বৎসর বয়সে বিদেশে থাকিয়া ঐ অপারেশনের পর দেশে ফিরিবার পর অধিকাংশ পরিচিত লোক বলিলেন চেহারা তেমনই আছে। এমন কি কেহ কেহ বলিলেন, পূর্বের অপেক্ষাও ভাল। যৌনজীবনে ও অপর কাজেও পূর্বাপেক্ষা অসমর্থ বোধ করি নাই। তবে এখন সারাদিন অফিসে কর্মের পর পূর্বাপেক্ষা ক্লান্তি বোধ হয়। যৌনক্ষমতাও সম্ভবত কমিয়াছে, তবে কতটা তাহা বলা যায় না।

আমার স্ত্রীর গর্ভপাত ঘটানো হয় নাই।

(ক) ২৮ বৎসরের এক বাঙালী মুসলমান যুবা জামশেদপুরে ভগিনীর বাড়িতে থাকিত। একটি ১৭ বৎসরের সুন্দরী বাঙালী ক্রিশ্চান মেয়ে হোস্টেল হইতে বিতাড়িত হইয়া বাড়ির একাংশ ভাড়া লয়। আলাপ-পরিচয়ের পর উপহারাদি দেওয়া-নেওয়া হইত। সুরাপানের পরে মিলন হয়। পরে প্রায় নিত্য হইত। রহমান তাহাকে লইয়া

---

* শুক্রবাহী নলটি কাটা হইলেও শুক্রকোষে পূর্ব সঞ্চয় কিছু থাকে। তাই উক্ত অপারেশনের পর তিন-চারবার যে শুক্র বাহির হইবে, তাহাতে শুক্রকীট থাকিতে পারে। সুতরাং তখনও গর্ভনিবারক অপর উপায় অবলম্বন করা উচিত। বৎসরকাল পর হইতে সম্পূর্ণ নিরাপদ মনে করা যায়।—গ্রন্থকার

বোম্বাইয়ে গিয়া দেড় বৎসর থাকে। ধানবাদে ফিরিলে ডোরা বলে তাহার দুই মাস মাসিক বন্ধ। সে গর্ভপাতের ব্যবস্থা করিতে বলে। রহমান আপত্তি করে। ডাক্তার অস্বীকার করে। গরম সেক ও দেশী ঔষধে কিছু হয় না। পুরুলিয়ার নিকট কেতকা গ্রামের এক হাড়ি দাই ১০ টাকা চায়; শেষে ৭ টাকায় রাজী হয়। প্রসবপথে একটি শিকড় রাখিতে দেয়। দেড় ঘণ্টা পরে রক্তপাত আরম্ভ হয়। পৌনে দুই ঘণ্টা পরে ভ্রূণ বাহির হয়। দেড় মাস পর হইতে আবার সঙ্গম আরম্ভ হয়। ডোরার পিতা ও ভ্রাতার কথামত তাহাকে স্ত্রী-রূপে পাইবার জন্য রহমান খ্রিশ্চান হয়। কিন্তু তবু তাহারা বিবাহ দিল না।

(খ) প্রায় ২৫ বৎসরের বাঙালী বিধবা ১২ বৎসরের কন্যা ও ১০ বৎসরের পুত্র লইয়া ভ্রাতার সহিত বিবাদ করিয়া আমাদের বাড়ির পাশের আলাদা বাড়ি ভাড়া করিয়া থাকিত। তখন আমার বয়স ১২/১৩ বৎসর। এক বাঙালীবাবু মাঝে মাঝে সেখানে সন্ধ্যায় আসেন শুনিতাম। কয়েক মাস পরে সে একটি পুত্রসন্তান প্রসব করে ও সেইদিন আফিম খায়। ছেলেটি মারা যায়, মামা ভাগিনেয় ও ভাগিনেয়ীকে লইয়া যায়।

(গ) ১৭ বৎসরের কুমারী ছাত্রী (৩৪ বৎসর আগে) মামাত ভাইয়ের দ্বারা গর্ভবতী হয়। দিল্লিতে এক আত্মীয়ের কাছে গিয়া ভারমুক্ত হয়, অবশ্য পিতামাতার সাহায্যে। গর্ভপাত করানো হইল অথবা গোপনে প্রসব হইল জানা নাই! বাড়িতে পিতামাতা ভ্রাতা-ভগ্নী প্রমুখ অনেক লোক ছিলেন।

(ঘ) পাঞ্জাবী কেমিস্ট পেয়িং গেস্ট (paying guest) দ্বারা তাহার খাদ্য সরবরাহকারী বাঙালী কুমারী কলিকাতায় গর্ভবতী হয়। নির্যাতনের ভয়ে বাড়ি ছাড়িয়া হাঁটিয়া নিরুদ্দেশ যাত্রা করে। বরাহনগরে এক অপরিচিত ভদ্রলোক আশ্রয় দেন। ক্রমশ ঠিকানা জানিয়া ফেলায় আত্মীয়েরা আসিয়া লইয়া যায়। বাড়িতে পিতা, মাতা, একাধিক ভ্রাতা ও ভগিনী, দাদামহাশয়, দিদিমা প্রমুখ অনেক লোক। গোপনে প্রসব করাইয়া সন্তান কোথাও রাখা হইয়াছে। মেয়েটি এখন নার্সিং পাস করিয়া চাকরি করিতেছে।

ঐ তিনটি ঘটনার কোনটিতে ভূত-প্রেত দ্বারা অথবা স্বপ্নে সম্ভোগে গর্ভ হইয়াছে এমন বলা হয় নাই।

গোপনে প্রসবের জন্য কাশীর অনাথালয় (যাহার ঠিকানা যৌনবিজ্ঞানে আছে) ছাড়া আর কোনও স্থান জানা নাই।

(ঙ) পশ্চিমের এক শহরে সুন্দরী বিধবা ভ্রাতৃবধূর গর্ভে অবিবাহিত সুপুরুষ দেবরের দ্বারা ৩৪টি পুত্রকন্যা হয়। পরে দেবরটি মারা যায়। সন্তানদের মা বোধ হয় আগেই মারা যান।

(চ) ১৭ বৎসরের রূপবতী ও স্বাস্থ্যবতী আই. এ. ছাত্রী আপন খুড়ার বাড়িতে ১৮/১৯ বৎসর বয়সের রূপবান ও স্বাস্থ্যবান খুড়াতো ভাইয়ের সহিত প্রণয়াসক্ত হয়। মেয়েটির পেটের ও বুকের নানা কষ্টের জন্য পাস-করা অভিজ্ঞ ডাক্তার দেখানো হয়। চিকিৎসায় কোন ফল না হওয়ার পরে এক লেডী ডাক্তারকে দেখানোতে তিনি বলেন ২/৩

মাস গর্ভবতী। তাঁহাকে ৫০০ টাকা দিয়া অপারেশন করানো হয় ও মেয়েটিকে তাহার পিতা-মাতার নিকট পাঠানো হয়।

(ছ) আই. এ. অবধি পড়া বিবাহিতা কন্যা বাপের বাড়িতে আসিয়া কয়েক মাস ছিল। রূপবান আপন মামাতো ভাইয়ের সেখানে যাওয়া-আসা ছিল। তাহার দ্বারা গর্ভবতী হয়, যদিও বাড়িতে বৃহৎ একান্নবর্তী পরিবার, অনেক স্ত্রী-পুরুষ, দাস-দাসী। স্বামী লইতে আসিলে তাহার সহিত যাইতে হয়। সেখানে গেলে ৫/৭ মাস পরে পূর্ণাঙ্গ সন্তান প্রসব করিলে প্রকৃত কথা প্রকাশ হইবার ভয়ে হাওড়া স্টেশনে ভিড়ের মধ্যে ইচ্ছাপূর্বক হারাইয়া যায়। গহনা বিক্রয় করিয়া বাপের বাড়ির শহরে ফিরিয়া আসিয়া মামাতো ভাইয়ের সহিত দেখা করে।

যাহাতে অবৈধ গর্ভসঞ্চার, গর্ভপাত ও জারজ সন্তান না হইতে পারে তজ্জন্য গর্ভ-নিবারণের উপায়গুলির বহুল প্রচার আবশ্যক।

(গ্রন্থকার সাক্ষীর সহিত এই বিষয়ে সম্পূর্ণ একমত)।

যদি অবৈধ গর্ভসঞ্চার হইয়াই পড়ে তাহা হইলে তিন মাসের মধ্যে সরকারী হাসপাতালে গেলে গরীবদের বিনা খরচায় এবং সঙ্গতিসম্পন্নদের সামান্য খরচায় নিরাপদে ভারমুক্ত হইবার ব্যবস্থা হওয়া উচিত, যেমন কয়েক বৎসর আগে সোভিয়েট রাশিয়ায় ছিল।

জারজ সন্তানের তো কোন দোষ নাই। তাহাকে ব্যঙ্গ-বিদ্রূপ ও বহিষ্কার না করিয়া অপর দশজনের মতই মানুষ হইবার সমস্ত সুযোগ দেওয়া ও সাহায্য করা প্রত্যেকের ও সমবেতভাবে সমাজের কর্তব্য।

(গ্রন্থকারের অভিমত পুস্তকে দেখুন। ইহাই বলা হইয়াছে।)

শ্রীমতী মল্লিকা ঃ গর্ভনিবারক ব্যবস্থা জানা বা কাছে থাকা সত্ত্বেও প্রথম স্বামীর অবিবেচনা ও তাড়াহুড়ার জন্য অনেক ক্ষেত্রে ব্যবহার করিতে পারি নাই।

একেবারে সন্তানজন্ম বন্ধ রাখিতে হইলে, পুরুষের বন্ধ্যাকরণ অপারেশন সর্বোৎকৃষ্ট উপায় বলিয়া মনে করি। তবে যদি নারীর জরায়ু সংক্রান্ত গোলযোগের জন্য অথবা সিজারিয়ান অপারেশনের (Caesarian Section) জন্য পেট কাটিতেই হয়, সে স্থলে ঐ সঙ্গেই বন্ধ্যাকরণ করাইয়া লওয়া চলে।

আর একটি বিষয় বিবেচনার যোগ্য। কোনও নিঃসন্তানা স্ত্রীর হয়ত এমন কিছু হইল যে, জীবনে কোনও সময়ই তাঁহার পক্ষে সন্তান ধারণ করা চলিবে না, সে স্থলে স্বামীর বন্ধ্যাকরণ অপারেশন করানোর অর্থ স্বামীকে নিঃসন্তান থাকিতে বাধ্য করা। সুবিবেচক ও সহৃদয় স্বামী অবশ্য স্ত্রীর সহিত সহবাসে জন্মনিয়ন্ত্রণের উপায়সমূহ অবলম্বন করিবেন, স্ত্রীরও উচিত স্বামীর বংশ রক্ষার্থে তাঁহাকে দ্বিতীয় স্ত্রী গ্রহণ করিতে বলা এবং প্রয়োজন হইলে সে বিষয়ে চেষ্টা করা (কারণ সহৃদয় স্বামী হয়ত স্ত্রীর মনঃকষ্টের কথা ভাবিয়া দ্বিতীয় বিবাহের কল্পনাও করিবেন না)।

পরিচিতাদের মধ্যে একজনকে জানি যাঁহার দুইটি সন্তান, দুইবারই সিজারিয়ান

অপারেশন করাইতে হইয়াছিল, দ্বিতীয়বারে বন্ধ্যাকরণ করা হয়। অপর একজনের জরায়ুর টিউমার (Fibriod)-এর জন্য জরায়ু কাটিয়া বাদ দিতে হয়, কাজেই তাহার উদ্দেশ্য থাকুক বা না-ই থাকুক, আর গর্ভ হইবার সম্ভাবনা রহিল না। পুরুষের বন্ধ্যাকরণ সম্বন্ধে কোনও উদাহরণ জানা নাই।*

আমার চতুর্থ গর্ভ যখন নিশ্চিত বুঝিতে পারিলাম তখন স্বামীকে জন্মনিয়ন্ত্রণের কোনও উপায় অবলম্বন না করার জন্য প্রত্যহই যথেষ্ট গঞ্জনা দিতাম এবং বচসা হইত। স্বামী শেষে আমাকে গর্ভপাত ঘটাইবার জন্য পীড়াপীড়ি করিতে থাকেন এবং এইবার গর্ভপাত ঘটাইলে ভবিষ্যতে আর যাহাতে গর্ভ না হয় সে চেষ্টা নিশ্চয়ই করিবেন বলেন। আমিও অবাঞ্ছিত সন্তান, যাহাদের উপযুক্ত যত্নে মানুষ করিতে পারিব না অপেক্ষা গর্ভপাত ঘটানোই ভাল বিবেচনা করিলাম। কোনও হাসপাতালে বা কোনও পরিচিত ডাক্তার দ্বারা ইহা সম্ভবপর হইবে না জানিতাম, কাজেই দেশীয় গাছ-গাছড়ার সাহায্যে নিজে নিজেই সে চেষ্টা করিলাম। ফলে গর্ভপাত হইল বটে, কিন্তু আমার জীবন সংশয় উপস্থিত হইল। এই গর্ভপাতের পরে যদিও আরও দুবার গর্ভবতী হইয়াছি কিন্তু গর্ভপাতের চেষ্টা আর কখনও করি নাই।

(ক) কলিকাতায় ১৯ বৎসরের কোনও একটি কুমারী মেয়ে তাহার আপন পিতৃব্য কর্তৃক গর্ভবতী হয়। যথাসময়ে এক প্রসবাগারে একটি কন্যা সন্তান প্রসূত হয়। শিশুটিকে কোনও এক অনাথ আশ্রমে দিয়া মেয়েটির বিবাহ দেওয়া হইবে এইরূপ শুনিলাম। পরে কি হয় জানি না।

(খ) আমার পরিচিতা অনেক নার্সেরই নানা কারণে পদস্খলন হয়; কেহ কেহ গর্ভবতী হইয়া পড়ে। তাহার মধ্যে কয়েকজন গর্ভের সুযোগ লইয়া বিবাহিতা হয় এবং একজন বাদে বাকী কয়জন গর্ভপাত করায়। গর্ভোৎপত্তি প্রায় ক্ষেত্রেই ডাক্তার বা মেডিকেল ছাত্র কর্তৃক হইয়াছিল, কাজেই ডাক্তার দ্বারা গোপনে গর্ভপাত করাইতে অসুবিধা হয় নাই এবং কাহারও বিপদ-আপদ হয় নাই। তাহাদের মধ্যে দুইটি মেয়ের পুনঃপুনঃ গর্ভপাত ঘটাইবার ফলে স্বাস্থ্য একেবারে ভাঙিয়া যায়। ভাবিলে আশ্চর্য মনে হয় যে, তাহারা জন্মনিয়ন্ত্রণের উপায় অবলম্বন করিত না কেন? তাহাদের হয়ত সে সম্বন্ধে কোনও জ্ঞান ছিল না (আমার নিজেরই তো কোন জ্ঞান ছিল না), কিন্তু তাহাদের প্রণয়ী ডাক্তার ও ছাত্রগণ সকলেই কি অজ্ঞ ছিলেন? অথবা ইহা পুরুষের চিরন্তন অবহেলা! যে মেয়েটি গর্ভপাত করায় নাই, তাহাকে নিজের বাড়িতে আশ্রয় দিয়া প্রসবের ব্যবস্থা করি। এক কন্যা হইয়াছে, সে কন্যা সহ আমার নিকটেই আছে। শিশুটি কিছু বড় হইলেই কোন নার্সেস ইউনিয়নে ভর্তি হইয়া জীবিকার্জন করিবে এইরূপ আশা লইয়া সে আছে।

---

* পুরুষদের মধ্যে বন্ধ্যাকরণের দৃষ্টান্ত ১নং উত্তরদাতা নিজেই। তাহার উত্তর দেখুন।—গ্রন্থকার

(গর্ভের ভয়েই যে শুধু নরনারী অবৈধ সঙ্গম হইতে বিরত হয় বা থাকে তাহার বিরুদ্ধে প্রমাণ এই সকল উদাহরণ। অথচ জন্মনিয়ন্ত্রণ জানা থাকিলে বা উপায় অবলম্বন করা হইলে যে অনেক অস্বাস্থ্য ও বিপদ এড়ানো যাইত সে সম্বন্ধে গ্রন্থকার উত্তরদাত্রীর সহিত সম্পূর্ণ একমত।)

(গ) এক পুলিশ-কর্মচারী স্ত্রীর মৃত্যুর পর স্ত্রীর বিধবা বড় ভগ্নীর গর্ভসঞ্চার করিয়া ফেলেন। দেশীয় ধাইয়ের সাহায্যে গর্ভপাত ঘটানো হয়। সৌভাগ্যক্রমে কোনও বিপদ-আপদ হয় নাই।*

(ঘ) একাধিক পুরুষ সংসর্গে অভ্যস্তা, অবিবাহিতা লেডী ডাক্তার গর্ভবতী হইয়া পড়েন। নিজে নিজে দেশীয় গাছ-গাছড়ার সাহায্যে গর্ভপাত ঘটাইতে গিয়া অসম্পূর্ণ গর্ভপাতের ফলে রক্তস্রাব এবং সংক্রামণের (Sepsis) জন্য জীবন বিপন্ন করিয়া ফেলেন। পরে সঙ্কটাপন্ন অবস্থায় হাসপাতালে লইয়া যাওয়া হয়। কোনরূপে জীবন রক্ষা হয়।

(ঙ) গৃহকর্তা স্ত্রীর ও অবিবাহিতা কন্যার (১৮/১৯) দেহ উৎকোচ বড় বড় অফিসার কণ্ট্রাক্টরদের বশীভূত করিয়া নিজ ব্যবসায়ের সুবিধা করিয়া লয়। মেয়েটি গর্ভবতী হইয়া পড়ে, টের পাইয়া সঙ্গে সঙ্গেই চেষ্টা করিয়া এক প্রফেসর যুবকের সহিত বিবাহ দেওয়া হয়। শ্বশুর বাড়ির কেহই সন্দেহ করে নাই যে সন্তান জারজ। মনে করিয়াছে গর্ভকাল পূর্ণ হইবার আগেই প্রসব হইয়াছে।

(চ) ২২/২৩ বৎসর বয়সের অবিবাহিতা সুশ্রী মেয়েকে বাড়ির একমাত্র উপার্জনশীল জ্যেষ্ঠ ভ্রাতা জেলে যাওয়াতে বিধবা মাতা ও ছোট ভাইয়ের ভরণ-পোষণের ভার লইতে হয়। পরে কষ্ট সহ্য করিতে না পারিয়া দাদার বন্ধুদের দ্বারা প্ররোচিত হইয়া পদস্খলিতা হয়। কিছু কিছু জন্মনিয়ন্ত্রণের উপায় শিখিয়া লইয়াছে, তাহার ভ্যানিটি ব্যাগে সর্বদাই কয়েকটি ফ্রেঞ্চ ক্যাপ ও এক কৌটা ভেসেলীন দেখিতে পাওয়া যায়। এতদ্‌সত্ত্বেও দুইবার গর্ভবতী হয় এবং দাদার বন্ধু ডাক্তার দ্বারা গোপনে গর্ভপাত করায়। এখন আর কোন কষ্ট নাই—আহার-বিহার ও পোশাক-পরিচ্ছদ ধনীজনোচিত।

এইরূপ বহু উদাহরণ দিতে পারি। নারীভোগে বন্ধু-বান্ধব এমন কি আত্মীয়-স্বজনও সমান আগ্রহী। প্রথম খণ্ডের ৩৭ নং উত্তরে মিঃ দত্ত ও আমি অবৈধ সংসর্গের কয়েকটিক উদাহরণ দিয়াছি। মানুষ প্রবৃত্তির দাস। পাশ্চাত্য দেশে পরিস্থিতি আরও শোচনীয়।

জনসাধারণের মধ্যে জন্মনিয়ন্ত্রণের বহুল প্রচার প্রয়োজন। আমাদের দেশে বিশেষ প্রচেষ্টা নাই বলিলেই হয়।

যদি কোনও ক্ষেত্রে অবৈধ গর্ভসঞ্চার হইয়া পড়ে এবং গর্ভিণী যদি ইচ্ছা করে তাহা

---

* আনাড়ীদের হাতে গর্ভপাত ঘটানো যে কত বিপজ্জনক সে আলোচনা এই পুস্তকে করা হইয়াছে।—গ্রন্থকার

হইলে যাহাতে বৈজ্ঞানিক উপায়ে তাহার গর্ভপাত হয় এইরূপ আইন ও ব্যবস্থা থাকা প্রয়োজন।

জারজ সন্তান যদি জন্মগ্রহণ করে এবং তাহার জন্মদাতাকে যদি বাহির করা না যায় অথবা জন্মদাতার যদি সন্তানের ভার লইবার ক্ষমতা না থাকে তবে এই সমস্ত জারজ সন্তানদের ভার রাষ্ট্রকেই লইতে হইবে। জারজ সন্তানের সামাজিক মর্যাদা বৈধ সন্তানের মতই হওয়া উচিত। কারণ, তাহারা তো কোনও অপরাধ করে নাই—জন্মদাতা ও গর্ভধারিণীর অপরাধের জন্য তাহারা কেন শাস্তি পাইবে।

গ্রন্থকার ঃ জগতে অবৈধ যৌনমিলন দাম্পত্যমিলনের চাইতে খুব কম নহে। বিশেষ করিয়া, পাশ্চাত্য দেশে কিশোর কিশোরী, যুবক-যুবতী বহু বৎসর পর্যন্ত অবিবাহিত থাকিয়া যায় বলিয়া এবং অবাধ মেলামেশার বিস্তর সুযোগ পায় বলিয়া। বিবাহেতর যৌনমিলন সম্পর্কে এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে বিস্তারিত আলোচনা ও প্রশ্নোত্তর দেখুন। অবৈধ সন্তান-সন্ততির সংখ্যাও ঐসকল দেশে খুব বেশী। এখন অবশ্য, জন্ম-নিয়ন্ত্রণে পরিপক্ক যৌন-অভিসারিণীদের গর্ভ এড়াইবার সুযোগ হইয়াছে।

ঐসকল সন্তান-সন্ততিদের প্রতি সমাজের মনোভাবের পরিবর্তন একান্ত বাঞ্ছনীয়। তাহাদের অপরাধ কি? সমাজ ও রাষ্ট্র উভয়কেই তাহাদের ন্যায্য ও সমান মর্যাদা দিতে হইবে।

আমাদের দেশে পারিবারিক কড়াকড়ির দরুন অবৈধ যৌনমিলন পাশ্চাত্য দেশ হইতে অনেক কম। সকাল সকাল বিবাহ ও সুযোগ-সুবিধার অভাবও ইহার কারণ।

তবে পর্দার অন্তরালেও যে গোপনে অবৈধ মিলন চলে তাহা এই সকল উত্তর হইতে পরিস্ফুট হইবে। গুরুজনের ও স্বামীদের সতর্ক করিতে বলিতে হইবে, ভাবী-দেবর, ভগ্নিপতি-শালী এবং খুড়াতো, মামাতো বা ঐরূপ ঘনিষ্ঠ ভাইবোনদের মধ্যে প্রবৃত্তির তাড়নায় বহু পদস্খলন হইয়া থাকে। বাহিরের লোকের সঙ্গে মেলামেশা সাময়িক ও সৌজন্য-দেখানো ভাবের হয় কিন্তু তাহাদের অবাধ সুযোগ মিলনে পর্যবসিত হয় অনেক ক্ষেত্রে।

দম্পতির রতিজীবন

২৩। দাম্পত্য-মিলন সম্বন্ধে আপনার/আপনার স্ত্রীর মনোভাব কি? ইহাকে কি জঘন্য, 'নাপাক' (অপবিত্র) বা ঘৃণিত কাজ বলিয়া মনে করেন? এই পুস্তক পড়িবার পর কি ঐ সম্বন্ধে আপনাদের মনোভাবের পরিবর্তন হইয়াছে? উহা যে স্বাভাবিক প্রেম-ক্রীড়া, স্বাস্থ্য, শান্তি ও দাম্পত্যপ্রেমের পক্ষে হিতকারী ও মানবসৃষ্টির মূলক্রিয়া তাহা মনে করেন কি?

মিলনের সাধারণ ও কলারূপের পার্থক্য বুঝিয়াছেন কি ? এই খণ্ডে কলারূপে মিলনের যে যে কারণ বর্ণিত হইয়াছে, তাহা হইতে কি উহার আবশ্যকতা স্বীকার করেন ? আরও কোনও কারণ দর্শাইতে পারিলে লিখুন।

মিঃ দত্ত : দাম্পত্য জীবনকে আমি ও আমার স্ত্রী ঘৃণিত কাজ মনে করি না। উহাকে স্বাভাবিক প্রেমক্রীড়া, স্বাস্থ্য, আনন্দ ও শান্তির হেতু মনে করি।

মিলনের কলারূপের আবশ্যকতা স্বীকার করি।

বিনা কলারূপে উহা বৈচিত্র্যহীন, একঘেয়ে, নিত্য নব উত্তেজনা ও আনন্দ বর্জিত হইয়া পড়ে। করিলে উহা প্রেম ও আনন্দবর্ধনের হেতু স্বরূপ হয়। এই পুস্তকে এই বিষয়ে অতি সুন্দররূপে বুঝানো হইয়াছে।

মিঃ কাজী : দাম্পত্য মিলন খোদার রহমত বলে ধারণা ছিল। এখন দেখি, জীবজগতে যৌনমিলন প্রায় সার্বজনীন। আর খোদার রহমত হলে ধর্মে ধর্মে ও কাজকে অপবিত্র, নোংরা মনে করা হয়েছে কেন ?

দাম্পত্য মিলনকে স্বাভাবিক প্রেমক্রীড়া ও স্বাস্থ্য, শান্তি ও পারিবারিক স্বাচ্ছন্দ্যের মূল কারণ মনে করি। আপনার পুস্তক পড়ে 'নাপাকী' বা অপবিত্রতার কুসংস্কার মুছে গেছে।

মিঃ আহাদ : ছোটবেলার শিক্ষার প্রভাবে মিলনকার্যকে নোংরা ও 'নাপাক' বলিয়া মনে করিতাম। বিজ্ঞানের ছাত্র হিসাবে বহুদিন পরে ঐ ধারণা দূরীভূত হয়। বিভিন্ন ধর্মমত অনুধাবন করিয়া খোদার উক্তি বলিয়া চালানো বাইবেলে শুক্রস্খলন মাত্রকেই এবং এমনকি ঋতুস্রাবকে জঘন্য নোংরা ও নাপাকীর কারণ দেখিয়া স্তম্ভিত হই ! অন্যান্য ধর্মেও ঐ ধারণা প্রতিফলিত হইয়াছে। (১ম খণ্ডের ৩৬-৪৪ পৃষ্ঠায় দীর্ঘ আলোচনা দেখুন। —গ্রন্থকার।)

কোটি কোটি নরনারীকে নিতান্ত বৈধ, সঙ্গত ও সুরুচিসম্পন্ন দাম্পত্য-মিলনশেষেও শীতকালে ও শীতপ্রধান দেশেও স্নান করিয়া তবে ধর্মকর্ম করিতে হইবে, না করিলে অপবিত্র থাকিতে হইবে—বিজ্ঞান এই বিধি ব্যবস্থাকে একটি বাতিক বলিয়া মনে করে। আমি ও আমার বহু শিক্ষিত বন্ধুও এই রকম মনে করি। ধোওয়া, মোছা, স্নান করা, ময়লা বা দুষ্ট বীজাণু হইতে পরিত্রাণ পাওয়া বলিয়াই স্বাস্থ্যবিজ্ঞান বলে।

দাম্পত্য মিলনের বহু পরে ধুইয়া মুছিয়া ইচ্ছা করিলে স্নান করি, না করিলে করি না।

(এই সম্পর্কে আলোচনা ১২৯-৩৮ পৃষ্ঠায় দেখুন। —গ্রন্থকার।)

মিলনের সাধারণরূপ মানবেতর জীবজন্তুর মতই শুধু ইন্দ্রিয় চালনা। কলারূপে প্রেম প্রীতি বিনিময় ও পরস্পরে আনন্দদায়ক সহযোগিতা সম্পন্ন দেহ আদান-প্রদান। সুন্দরভাবে বিশ্লেষণ করিয়া দেখাইয়াছেন।

মিঃ রাহিম ঃ দাম্পত্য মিলন একটি অপরিহার্য স্বাভাবিক জৈবিক ব্যাপার। জঘন্য 'নাপাক' ঘৃণিত কাজ বলে যেমন মনে করি না, তেমনি পবিত্র ও সওয়াবের কাজও মনে করি না। ওটা দৈহিক ও মানসিক স্বাস্থ্য ও শান্তির জন্য সম্পূর্ণ স্বাভাবিক ও প্রাকৃতিক নিয়মে সৃষ্টির মূল ক্রিয়া—তাই মনে করি। এ প্রক্রিয়া কেবল মানুষে সীমাবদ্ধ নয়, জীব-জগতের সব স্তরে বিদ্যমান। আপনার পুস্তক পড়ে এ বিশ্বাস আরও বদ্ধমূল হয়েছে।

আমি পরিচ্ছন্নতার দরুন দাম্পত্য মিলনের আগে প্রায়ই স্নান করি—পরে যে বাধ্যতামূলক স্নান করতেই হবে, ইহুদিবাদ হতে নেওয়া এ কুসংস্কার মানি না।

মিলনে সাধারণ ও কলারূপের পার্থক্য যথেষ্ট। বুদ্ধিজীবী মানুষ চিন্তা ও কল্পনার সাহায্যে কলারূপ মিলনকে অনেক উন্নত করে চরম আনন্দ পেতে পারে। নিম্নশ্রেণীর প্রাণী ও মানুষের পার্থক্য এখানেঃ। আপনার পুস্তকে এ বিষয়ে যে বিশদ আলোচনা আছে তা পাঠে আমাদের বিবাহিত জীবন মধুর হয়েছে। প্রেম ও আনন্দ বর্ধনের জন্য মিলনে কলারূপের আবশ্যকতা স্বীকার করতেই হবে।

শ্রীমতী মল্লিকা ঃ দাম্পত্য মিলনকে অপবিত্র বা ঘৃণিত কাজ বলিয়া কখনই মনে করি নাই। দম্পতির পক্ষে ইহা অবশ্য কর্তব্য বলিয়া মনে করি। পরস্পরের মনোভাব, দৈহিক প্রয়োজন, সুবিধা-অসুবিধা প্রভৃতি বিবেচনা করিয়া সুষ্ঠুভাবে ইহা সম্পাদন করিতে পারিলে পরস্পরের প্রতি প্রেম গভীরতর হয় এবং উভয়ে একপ্রাণ একমন হওয়া যায় ইহা বিশ্বাস করি। ইহা যে স্বাভাবিক প্রেমক্রীড়া ও মানবসৃষ্টির মূল ক্রিয়া তাহা মনে করি বৈকি!

নিজ জীবনের অভিজ্ঞতাতেই মিলনের সাধারণ ও কলারূপের পার্থক্য ভালভাবেই বুঝিয়াছি। কলারূপে মিলনের আবশ্যকতাও নিশ্চয়ই স্বীকার করি। পরস্পরের প্রতি প্রেম গভীরতর করিতে, একে অপরকে লইয়াই সম্পূর্ণ তৃপ্ত থাকিতে, মিলনে উভয়েই পূর্ণ তৃপ্তি পাইতে এবং একাত্মবোধ জন্মাইতে কলারূপে মিলন অবশ্য প্রয়োজনীয় মনে করি।

২৪। এই পুস্তকে উল্লিখিত নারীপুরুষের রতিবাসনার তুলনা সম্বন্ধে আপনাদের নিজেদের অভিজ্ঞতা হইতে আরও তথ্য যোগান।

নারীর রতিবৈচিত্র্য ও কামের জোয়ার-ভাটা সম্বন্ধেও ঐরূপ তথ্য যোগান।

মিঃ দত্ত ঃ (ক) পুরুষের মত নারীর উত্তেজনা শুধু জননেন্দ্রিয়ে কেন্দ্রীভূত নহে সারা শরীরে ব্যাপ্ত। (খ) যৌনক্রীড়ায় অভ্যস্ত না থাকিলে সাবালিকা হইলেও কুমারীর প্রিয়জন-মিলন-বাসনা উদয়ে পুরুষের মত গোপনাঙ্গে উত্তেজনা বোধ হয় না। (গ) পুরুষ অপেক্ষা বেশী বয়সে মেয়েদের কাম পূর্ণ জাগ্রত হয়। (ঘ) নারীর সমধিক কামের প্রমাণ স্বরূপ বলা হয় যে (১) নারীর রতিক্লান্তি কম, ইহাতে তাহার বাসনার

আধিক্য প্রমাণিত হয় না। পুরুষ সকর্মক, স্বার্থপর ও অত্যাচারী বলিয়া প্রকৃতি নারীর নাড়ীতন্ত্র (স্নায়ুমণ্ডলী) এমনভাবে গঠিত করিয়াছেন যেন এক সমধিক রতি-শক্তিসম্পন্ন পুরুষের অথবা একাধিক পুরুষের উদ্দাম উপভোগেও সে কাতর না হয়। (২) চরমতৃপ্তিলাভে নারীর যে বেশী সময় লাগে তাহা তাহার তীব্রতর কামের পরিচয় নহে বরং ঠিক উল্টা। অপেক্ষাকৃত মৃদুকাম বলিয়াই তাহার উত্তেজনা ধীরগতিতে আসে ও ধীরে ধীরে বাড়ে, তাই চরমপুলকলাভে স্বভাবত বিলম্ব হয়।

নর-নারীর রতিবৈচিত্র্য ও কামের জোয়ার ভাটা সম্বন্ধে যৌনবিজ্ঞানে যাহা লেখা হইয়াছে তাহার অধিক কিছু বলিবার নাই।

মিঃ কাজী ঃ এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডের উত্তরে আমার কিশোর কালের যৌন-উন্মত্ততার কথা বলেছি। হস্তমৈথুন ও সমমৈথুনে দারুণ অভ্যস্ত ছিলাম। মনে হত ও এখনও হয়, আমার মত বহু ছেলেই দারুণ কামোত্তেজনা ভোগ করে।

সবেমাত্র বিয়ে করেছি। আমার স্ত্রী আমার ইচ্ছা পূরণেই ব্যস্ত। ওর কামভাব বেশীই বলতে হবে। যথেষ্ট সাড়া দেন আমার ইঙ্গিতে, প্রস্তাবে ও আচরণে। একাধিকবার চরমপুলকলাভ করা তাঁর অভ্যাস।

মিঃ আহাদ ঃ মাত্র এগার বৎসর বয়সে বাবার নির্দেশে মাত্র ৪ বৎসরের একটি বালিকার সঙ্গে আমার বিবাহ হয়। তখন উহাকে একটি তামাসাই মনে করিয়াছিলাম। বালিকাবধূ ধরাছোঁয়ার বাহিরেই বড় হইতে থাকে।

আমার যৌনবোধ জাগে প্রায় ১৩/১৪ বৎসর বয়সে। এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডে উহার নানাবিধ বিকাশ ও আমার যৌন আচরণের বৃত্তান্ত দিয়াছি।

আমার কামভাব সেই কৈশোর হইতে কখনও উগ্র হইয়া উঠে নাই। বাসনার তৃপ্তি প্রথমে বিবাহেতর মিলনে ও স্বয়ংমৈথুনে হয়। প্রথম স্ত্রীর ১৪/১৫ বৎসর বয়স হইতে দাম্পত্য মিলন শুরু হয় ও প্রায় প্রত্যহই মাত্র একবার করিয়া কয়েক বৎসর চলে। তাঁহার মৃত্যুর পর আবার কয়েক বৎসর বিবাহেতর মিলনে রত হই। প্রথমা চাহিদা পূরণ করিয়াই যাইতেন। তাঁহার যৌনাবেগের তারতম্য লক্ষ্য করি নাই।

আমার দ্বিতীয় স্ত্রী কিছুটা কামশীতল। এখনও আমার (৭০) যৌনবাসনা বলিষ্ঠ ও মিলনাকাঙ্ক্ষা বর্তমান।

আতিশয্য কখনও ছিল না বলিয়াই বোধ হয় আমার রতিশক্তি অটুট আছে।

মিঃ রহিম ঃ রতিবাসনার তুলনা সম্বন্ধে আমাদের অভিজ্ঞতা ঃ বিবাহের প্রথম ৮ বছর মিলন হয়েছে প্রতি রাতে ৪ বার, তারপর কয়েক বছর ৩, তারপর কয়েক বছর ২, তারপর কয়েক বছর ১, বর্তমানে (৫৫) হপ্তায় ২ বার। সুযোগ পাইলে দিনের বেলা শ্রেয় মনে করি। একবার রেকর্ড দেখার জন্য প্রথম জীবনে ২৪ ঘণ্টায় ১৯ বার অবশ্য প্রত্যেকবার স্খলন না করে। সবটাই মানসিক সুখ-শান্তি ও সুযোগের ওপর নির্ভরশীল।

আমার স্ত্রী মনে করেন তিনি আমার চেয়ে বেশী কামুক, আমি মনে করি আমি তাঁর চেয়ে! অবশ্য কোন সময়ে একজন চাইলে অন্যজন কখনও প্রত্যাখ্যান করিনি। ইদানীং স্ত্রী ছেলেমেয়েদের শান্তি ও নিরাপত্তার অভাবের দরুন মানসিক অশান্তিতে আছেন বলে কখনও কখনও প্রত্যাখ্যান করেন, লক্ষ্য করছি।

নারীর রতিবৈচিত্র্য তেমন লক্ষ্য করিনি। তবে গর্ভের প্রথম কয়েক মাস একটু বেশী, তার কারণ মনে হয় গর্ভ না হলে গর্ভ হয়ে যাবার যে আশংকা গর্ভ ঘটে গেলে তো আর তা থাকে না। ভাবটা এই—যা হবার তা হয়েই গিয়েছে, অতএব আর কিসের ভয়?

শ্রীমতী মল্লিকা ঃ নারী-পুরুষের রতিবাসনার তুলনামূলক তথ্য যোগানো আমার পক্ষে সম্ভব নহে। তবে নিজের অভিজ্ঞতা হইতে মনে হয়, সময় ও অবস্থা বিশেষে তারতম্য হইলেও নারী ও পুরুষের রতিবাসনা সমান। আমার যৌনজীবনের প্রারম্ভে এবং প্রথম স্বামীর জীবদ্দশার শেষের দিকে আমার তুলনায় তাঁহার রতিবাসনা বেশী মনে হইতে পারে। কিন্তু সত্য কথা বলিতে গেলে বলিতে হয়, যেদিন হইতে আমার নিকট ক্রিয়াটি আনন্দদায়ক বোধ হইয়াছে তখন হইতে সঙ্গমেচ্ছা আমারও কম হইত না। পরে অবশ্য আমার রতিবাসনা কমিয়া যায়। কিন্তু ইহারও যথেষ্ট কারণ আছে। তেমনি বর্তমান স্বামী ডাঃ সেনের সহিত প্রথম সংসর্গের পরের ও পূর্বেকার কথা ভাবিলে মনে হয় আমার বাসনার তীব্রতা তাঁহার অপেক্ষা অনেক বেশী। কিন্তু বর্তমান দাম্পত্য ব্যবহার পর্যালোচনা করিলেই দেখা যাইবে যে, তাঁহার বাসনার তীব্রতা আমাপেক্ষা কোনও অংশে কম নয়।

পরিচিতাদের মধ্যে বিবাহিতারা প্রায়ই স্বামীর রতিবাসনার তীব্রতা বেশী বলিয়া বর্ণনা করেন, কিন্তু স্পষ্টই বুঝা যায় নিজেদের রতিবাসনার কথা তাঁহারা গোপন করিতেছেন, যেন নারীর পক্ষে রতিবাসনা থাকাটা লজ্জার বিষয়। এই সমস্ত নারীদের নিকট হইতে তথ্য সংগ্রহ করিয়া সত্যানুসন্ধান অসম্ভব। অথচ আমাদের দেশে এই সমস্ত নারীর সংখ্যাই বেশী। মুষ্টিমেয় যে কয়জন পরিচিতাকে অকপট সত্য কথা বলিতে দেখিয়াছি তাহাদের মধ্যে একজনের যৌনজীবন পর্যালোচনা করা যাউক ঃ

তাহার বিবাহের পূর্বে যৌনজ্ঞান ছিল না বলিলেই হয় (১৯ বৎসর বয়সে বিবাহ হয়, বর্তমান বয়স ২৭ বৎসরের কিছু বেশী) ; ফুলশয্যার রাত্রেই প্রথম স্বামী-সহবাস—বেদনা পান, স্বামীর ত্বরিৎ স্খলন হয়, বেশী কষ্ট পাইতে হয় নাই ; দ্বিতীয় রাত্রেও তাহাই ; তৃতীয় রাত্রে সতীচ্ছদ ছিন্ন হয় এবং প্রায় ২০ দিন স্বামী সহবাসের পর প্রথম চরমানন্দ লাভের অভিজ্ঞতা হয়। তদবধি যৌন বাসনা দ্রুত বৃদ্ধিপ্রাপ্ত হইতে থাকে এবং বিবাহের পর ২½ মাস (ইহার মধ্যেও ১৫ দিন বিচ্ছেদ ছিল) যাইতে না যাইতেই রতিবাসনা এতদূর বৃদ্ধিপ্রাপ্ত হয় যে, অনেকদিন অসময়েও (যেমন, সকালে স্বামী কাজে বাহির হইতেছেন কিংবা সন্ধ্যায় উভয়ে সিনেমায় যাইবার জন্য প্রস্তুত হইতেছেন এমন সময়) নিজে প্রস্তাব করিয়া স্বামীর সহিত মিলিত হইয়াছেন। এই সময় হইতে তাহাদের যৌন-

জীবন পর্যালোচনা করিলে দেখা যায় যে, স্বামী-স্ত্রীর উভয়েরই রতিবাসনা সমান সুতীব্র। এখন কেহ যদি তাহার বিবাহের পর প্রথম কয়দিনের বিবরণ শুনিয়াই মন্তব্য করেন যে, স্ত্রী-রতিজড় এবং স্বামী কামুক অথবা স্ত্রীর রতিবাসনা স্বামী অপেক্ষা কম তাহা হইলে অবিচার করা হয় নাকি ?

নারীর রতিবৈচিত্র্য সম্বন্ধে তথ্য বিশেষ কিছু দিতে পারিব না। কামের জোয়ার ভাঁটা সম্বন্ধে নিজের ও অপর কয়েকজনের বৃত্তান্ত দিতেছি :

(ক) নিজের ঋতুস্রাবের অব্যবহিত পরের ৬/৭ দিন বাসনার তীব্রতা অন্য সময় অপেক্ষা বেশী হইত। এই সময়ে মিলনে চরমানন্দ লাভ ঘটা সহজসাধ্য ছিল। এই সময়ে স্বামী-সহবাসের ইচ্ছা হইত প্রতিদিনই, কিন্তু মিলন না হইলে যে খুব একটা কষ্ট হইত তাহা নহে।

(খ) এক ডাক্তারের স্ত্রীর ঋতুস্রাবের শেষের ২/৩ দিন ও তাহার পরবর্তী ৭ দিন রতিবাসনা খুব তীব্র হয়। ৯ বৎসর হইল বিবাহ হইয়াছে। জীবনের আরম্ভ হইতে এই পর্যন্ত প্রতিবারই এই কাম-জোয়ারের কয়েকদিন প্রত্যহ এক বা একাধিক সঙ্গম কামনা করেন এবং স্বামীরও যতদূর সম্ভব তাঁহার কামনা অপূর্ণ রাখেন না। স্বামী যদিও ঋতুমধ্যকালীন সহবাস ঠিক পছন্দ করেন না, তবুও স্ত্রীর বাসনাপূরণের জন্য যথোপযুক্ত সাবধানতা অবলম্বন করিয়া ঐ ২/৩ দিন প্রত্যহ অন্তত একবারও মিলিত হন। স্ত্রীর এই কাম-জোয়ারের অব্যবহিত পরের কয়েকদিন অবাধ রতিবাসনা একেবারেই থাকে না। বিবাহের পর প্রথম কয় বৎসর স্বামীর তৃপ্তির জন্য এই সময়েও মিলন হইত, বর্তমানে এই সময়টা সম্পূর্ণ রতিবিরতি থাকে।

(গ) এক ভদ্রমহিলার মাসিক স্রাবের আগের কয়েকটি দিন, ঋতুস্রাবের সব কয়টি দিন এবং গর্ভাবস্থায় রতিবাসনা বেশী হয়। শেষোক্ত সময়ের রতিবাসনার তীব্রতার সহিত অন্য সময়ের কোনও তুলনাই হয় না। তিনি বলেন যে, গর্ভাবস্থায়* প্রতি সঙ্গমেই তিনি অসাধারণ পুলকলাভ করেন। এই সময়ে আঙ্গিক মিলনের আরম্ভ হইতেই সর্বাঙ্গে পুলকশিহরণ হইতে থাকে, স্বামীর অঙ্গ সঞ্চালনের এতটুকু বিরতিও অসহ্য বোধ হয় এবং প্রতি সহবাসেই স্বামীর পূর্বেই চরমানন্দ লাভ ঘটে (অন্য সময় সর্বদা তাহা হয় না), এমনকি কোনও কোনও সঙ্গমে একাধিক চরমপুলকলাভও হয়। তাঁহার ঋতুমধ্য ও ঋতুপূর্ব কামনা এতটা সুতীব্র নহে।**

(ঘ) আর একটি দীর্ঘ ভগাঙ্কুর-বিশিষ্ট মেয়ে স্বভাবতই খুব কামাতুরা এবং স্বয়ং-মৈথুনে অভ্যস্তা ছিল। ইহার উপর আবার ঋতুর পরবর্তী কয়েকদিন হইল তাহার জোয়ারের সময়। এই সময় নিয়মিত স্বামী-সহবাস হইলেও প্রতিদিন ৩/৪ বার করিয়া

---

* প্রথম দুই-তিন মাস বমনেচ্ছা, বমন, মাথাঘোরা প্রভৃতির জন্য যৌনমিলন মাঝে মাঝে ব্যাহত হয়, তাহা ভিন্ন সমগ্র গর্ভকালে, এমনকি প্রসবের পূর্ব দিন পর্যন্ত অবাধ মিলন চলে।—উত্তরদাত্রী

** এই অবস্থা খুব বিরল। এতটা অস্বাভাবিক বটে।—গ্রন্থকার

স্বয়ংমৈথুন না করিয়া থাকিতে পারিত না (অত্যধিক যৌনস্পৃহার দৃষ্টান্ত —গ্রন্থকার)।

গ্রন্থকার : উত্তরগুলি হইতে বুঝা যাইবে, রতিবাসনার তারতম্য কত বেশী। মিঃ দত্ত ও মিঃ আহাদ মধ্যকামা, অথচ বৃদ্ধ বয়স পর্যন্ত রতিক্ষম। মিঃ কাজী কৈশোরেই উগ্রকামা—বাসনার তৃপ্তি নানাভাবে খুঁজিয়াছেন ও লাভ করিয়াছেন। এখন স্ত্রীতে নিবদ্ধ। মিঃ রহিম অস্বাভাবিক রতিবিলাসী—বোধ হয় **সারা জগতে একটি রেকর্ড সৃষ্টি করিয়াছেন :** "বিবাহের প্রথম ৮ বছর মিলন হয়েছে প্রতিরাতে ৪ বার, তারপর কয়েক বছর ৩ বার, তারপর কয়েক বছর ২ বার, তারপর কয়েক বছর ১ বার, বর্তমানে (৫৫ বছর বয়সে) হপ্তায় ২ বার।"

শ্রীমতী মল্লিকা মধ্যকামা কিন্তু তাঁহারও পাত্রবিশেষে কম-বেশী আগ্রহ দেখা দিত। অপরাপর মেয়েদের সম্বন্ধে তিনি অতি সুন্দর বিশ্লেষণ করিয়াছেন।

মূল পুস্তকে আমরা এরূপই হয় ও থাকে বলিয়া বিস্তারিত আলোচনা করিয়াছি।

আমার এক প্রফেসর বন্ধু লিখেন, "সম্ভ্রান্ত ঘরের সুরুচিসম্পন্না আমার লজ্জা-শীলা গৃহিণী মিলনকালে চুপ করে পড়ে থাকতেন। ভাল লাগছে না কষ্ট হচ্ছে কিছুতেই বলবেন না। বহুদিন পর ওঁর কামাঞ্চলের সন্ধান পেলুম। সাধারণ আসনে মিলন হলে উনি আমার মাথা ধরে টেনে বুকের সাথে মেলাতেন। স্তনচুম্বন-চোষণ চাইছেন মনে করে ওঁকে আনন্দ দিতে থাকি। আরও বহুদিন পরে পার্শ্ব বা পশ্চাদ্দিক হতে বিহারে উনি আমার হাত ধরে ওঁর অঙ্গ পর্যন্ত পৌঁছিয়ে দিতেন। ভগাঙ্কুর ও ভেস্টিবিউলে অঙ্গুলী প্রয়োগ চাইছেন মনে করে ওঁকে আরও বেশী আনন্দ দিতে থাকি। প্রায়ই সাধারণ আসনে মিলনকালে হাত দিয়ে আমার অঙ্গ ওপরের দিকে ঠেলে দিতেন। ঐ একই কথা—ভগাঙ্কুরে* স্পর্শ কামনা করতেন।

"এখন হাসাহাসি করি এই বলে, 'তুমি চুপ করে হলেও সন্ধান ঠিকই দিতে'। উনি বলেন, 'তা হলে তুমি অন্ধের মত ছিলে। না শেখালে বোধ হয় জানতেই পারতে না'।"

"আমাদের যৌনজীবন এখন মধুর, যৌনবিজ্ঞান পড়ে আর ধোঁকা খাই না।"

২৫। আপনার / আপনার সাথীর মিলনের বিভিন্ন স্তর সম্বন্ধে কোনও ধারণা ছিল কি? এই পুস্তক পাঠে ঐ সকল স্তরের আবশ্যকতা বুঝিয়াছেন কি? আপনারা

---

* মহিলা যৌনবিদ ম্যাক্সিন ডেভিস (Maxine Davis) লিখেন :

"For the purpose of enjoyment of the sexual act, the clitoris is the most important of the woman's external organs for it contains nerves which enable her to experience her climax. The upper end of the clitoris is called the 'head'. This small area contains the focus of woman's pleasure, a significant fact that both husband and wife absolutely must know."

শৃঙ্গারের কি কি উপায় অবলম্বন করিয়া থাকেন ? কতক্ষণ ? কোনটায় কিরূপ আনন্দ ও ফল হয় ? যৌন অঙ্গে মুখ প্রদান সম্বন্ধে আপনাদের মতামত কি ? মূল পুস্তকে ডাক্তারের বিবরণীর মত বিবরণী দিন। শৃঙ্গারের পর্যায়ক্রমের বৃত্তান্ত লিখুন। কি ভাবে স্ত্রীর ভগাঙ্কুর উদ্দীপিত করিবার চেষ্টা করেন ? উত্তেজক গল্পগুজব, চিত্রপ্রদর্শন করেন কি ?

আঙ্গিক মিলন সংস্থাপনের পূর্বে আপনারা কতটুকু সময় শৃঙ্গারে ব্যয় করেন ? সরাসরি মিলনে স্ত্রীর অসুবিধা বা ব্যথা বোধ হয় কি ? কোনও জেলী বা অন্য কিছু ব্যবহার করিয়া থাকেন কি ? কি ও কিভাবে ?

মিঃ দত্ত : মিলনের বিভিন্ন স্তর সম্বন্ধে আমার ধারণা ছিল। স্ত্রীর প্রথম প্রথম ছিল না, যেহেতু বয়স কম ছিল। বই পড়িয়া শিখিবার সুযোগও তাঁহার হয় নাই। এই পুস্তকে ভালমত বুঝানো হইয়াছে। শৃঙ্গারের (প্রেমক্রীড়ার) উপায় অবলম্বিত হইত— (১) নানা স্থানে চুম্বন (২) কুচ মর্দন (৩) গোপনাঙ্গে হস্ত বিলেপন (৪) কখনও ক্ষুদ্রোষ্ঠ বা ভগাঙ্কুর ঘর্ষণ। ২/১ মিনিট মাত্র। সবগুলিতেই আনন্দ হয় ; (২), (৩) ও (৪) নং-এ বেশী। স্ত্রী বেশীক্ষণ এইসব পছন্দ করেন না। এক মিনিটের ভিতরই কার্যারম্ভ করিতে বলেন।

(সাক্ষীর স্ত্রী বেশ কাম-উষ্ণ মনে হয়। প্রায় নারীই বেশীক্ষণ শৃঙ্গার চাহেন — গ্রন্থকার)।

মুখ-মেহনে আমার মত আছে ! স্ত্রী আমার অঙ্গে কখনও কখনও চুম্বন করিয়াছেন। আমি অনেক সময়ে সুরতের পূর্বে তাঁহার অঙ্গে চুম্বন করিয়াছি তাহাতে তাঁহার বিরক্তি ছিল না, তবে আগ্রহও ছিল না। কখনও কখনও ভগাঙ্কুর ও ক্ষুদ্রোষ্ঠে মুখপ্রদান করিয়াছি। ইহাতে তাঁহার বরাবর আপত্তি। সম্ভবত আমার ঘৃণার উদ্রেক হইবে ভাবিয়া-- যদিও খুব পরিষ্কার রাখা হয়। শখ ও বৈচিত্র্য হিসাবেই করিয়াছি, উত্তেজিত করিয়া শীঘ্র চরম-তৃপ্তি দিবার জন্য নহে, কারণ দরকারই ছিল না।

ভগাঙ্কুর উদ্দীপিত করি। (১) তর্জনী ও বৃদ্ধাঙ্গুষ্ঠের মধ্যে ঘর্ষণ করিয়া (২) তর্জনী দ্বারা তাহার ডগা চক্রাকারে ঘর্ষণ করিয়া (৩) তর্জনী দ্বারা তাহাতে মৃদু আঘাত করিয়া এবং (৪) মুখ প্রয়োগ করিয়া।

(সাক্ষীর সত্যকথন সম্বন্ধে সন্দেহ নাই. অকপট বর্ণনের জন্য তাঁহাকে ধন্যবাদ —গ্রন্থকার)।

উত্তেজক গল্পগুজব করি না (করা উচিত —গ্রন্থকার)।

২/১ মিনিট মাত্র। সামান্য প্রেমক্রীড়াতেই তাঁহার অঙ্গ আর্দ্র হয়, সুতরাং কোনও অসুবিধা হয় না। বাহিরের পিচ্ছিল পদার্থের দরকারই হয় না। প্রকৃতিই সে ব্যবস্থা করিয়া রাখিয়াছেন। স্ত্রী বিশেষ ঠাণ্ডা (Frigid) না হইলে এবং দম্পতির যৌনজীবনে

বেশ সামঞ্জস্য স্থাপিত হইয়া থাকিলে, উপযুক্ত সময়ে খানিকটা চুম্বন ও আলিঙ্গনেই প্রকৃতি নিজের কাজ আরম্ভ করিয়া দেয়।

(সাক্ষীর এই মন্তব্য তাঁহার কাম-উষ্ণ স্ত্রীর প্রকৃতির অভিজ্ঞতা প্রসূত। প্রায় স্ত্রীলোক ধীরগতিতে উত্তেজনা পান ও বেশ খানিকটা শৃঙ্গারের দরকার বোধ করেন —গ্রন্থকার)।

মিঃ কাজী ঃ আমরা নব-বিবাহিত। মিলনের বিভিন্ন স্তর সম্পর্কে ওঁর কোনও ধারণা ছিল না। আমার সামান্য ছিল। আপনার পুস্তক পড়ে অনেক বুঝেছি, স্ত্রীও বুঝেছেন।

আমি স্তন মর্দন-চুম্বন-চোষণ করি ; মুখে চুম্বন, জিভ ও ঠোঁটে কামড়ানো, চিমটি কাটা, সুড়সুড়ি দেওয়া, তলপেটে হাত বুলানো, ভগাঙ্কুর স্পর্শন ইত্যাদিও চলে ৫/১০ মিনিট। ওঁর অঙ্গে মুখ দিই মাঝে মাঝে। উনিও দেন আমার অঙ্গে, আমার স্তন চোষেন, যৌনকেশ ধরে টানেন। পরস্পরের অঙ্গে হস্তার্পণে ও মুখ প্রয়োগে উভয়েই সুখ পাই। পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকলে আপত্তির কিছু দেখি না। আমার শিষ্যেরা অনেক এরূপ করে, তবে বলতে রাজী হয় না।

উত্তেজক গল্পগুজব করি ও উনি খুব উপভোগ করেন।

মিঃ আহাদ ঃ চুম্বন, আলিঙ্গন, স্তন প্রচাপন ছাড়া বেশী কিছু করি না। উভয়েরই এ সবে যথেষ্ট উত্তেজনা হয়। অনায়াসে মিলন সংঘটিত হয়।

(ইনি অল্পে তুষ্ট মনে হয়। শৃঙ্গারের নানাবিধ প্রক্রিয়াও আনন্দবর্ধক। তাহার বয়স ৭০ অতিক্রম করিতেছে। যে আনন্দ হইতে বঞ্চিত রহিলেন তাহার আর ক্ষতিপূরণের সম্ভাবনা নাই। এই গ্রন্থের পাঠক-পাঠিকা ঐ ভুল আর করিবেন না, আশা করি।)

ডাঃ এইকেনলব (Eichenlaub, John, E. in The Marriage Art) সুন্দরভাবে উপদেশ দিয়াছেন ঃ

"Petting and embrace offer many ways of building sexual excitement and of keeping freshness and variety in your sex play. From the time your ardor first becomes aroused until the last whispered compliment before you say good night, your hands should rarely or never be entirely still. Man or woman, you should stroke, caress and embrace your partner in never ceasing physical expression of your endearment, your excitement and your fervid release." —গ্রন্থকার।

মিঃ রহিম ঃ শৃঙ্গার ছাড়া সঙ্গমকে আমি পাশবিকতা মনে করি। ওতে আনন্দের পনেরো আনা অংশ নষ্ট হয়ে যায়। সময় হাতে থাকলে অধিক সময় শৃঙ্গারে ব্যয় করি।

আপনার পুস্তকে বর্ণিত যত রকম স্তর আছে তার কোনটাই বাদ যায় না, আবিষ্কার

করতে পারলে তার বেশীও। সব সময় ধারাবাহিকতা রক্ষা না করে শরীর দলনমলন, আলিঙ্গন, সারা অঙ্গে চুম্বন, বিশেষ করে ঠোঁটে, মুখমণ্ডলে, স্তনের বোঁটা মর্দন ও ভগাঙ্কুর ঘর্ষণ করি। এ সবের ফলে স্ত্রীর সমস্ত শরীর কাঁপে ও ক্ষণিকের জন্য তিনি মূর্ছা যান। আমি ততক্ষণ অপেক্ষা করতে থাকি ও সারা অঙ্গে হাত বুলাতে থাকি। কয়েক মিনিট পর মূর্ছা ভঙ্গ হলে তিনি আমায় মিলনে আহ্বান করেন! তখন রতিক্রিয়া চলতে থাকে। মাঝে মাঝে রসক্ষরণজনিত পিচ্ছিলতা এত হয় যে মুছে নিতে হয়। আবার কোন কোন সময়ে শুকনো বোধ হলে থুথু, ক্রীম, তেল প্রভৃতি দিয়ে থাকি। রতি বিলম্বিত হলে একাধিকবারও দিতে হয়।

শৃঙ্গার এক ঘণ্টার মত হয়, রতিক্রিয়া ১০ মিনিট হতে কখনও কখনও ১ ঘণ্টা পর্যন্ত চলে। অনেক সময় ঘড়ি দেখে শেষ করি। স্খলনের পর স্ত্রীর পালা; তিনি উঠে আমার শরীর ডলে-মলে দেন, কখনও যুক্ত অবস্থায় শুয়েও। হয়তো আমরা অসাধারণ নই। আপনার পুস্তক পড়ে সঙ্গমকাল বাড়াতে শিখেছি। খোঁজ নিলে জানা যাবে, আপনার পুস্তক পাঠকের মধ্যে অনেকেই আমাদের মত উপকৃত হয়েছেন।

প্রথম যৌবনে আমার নাম শুনলে বা আমাকে দেখামাত্র স্ত্রীর অঙ্গ পিচ্ছিল হয়ে যেত, বলতেন। আমারও তথৈবচ। প্রসবের পূর্ব রাত্রে উপযুক্ত আসনে ও প্রসবের ১৫ দিন পরও মিলন হয়েছে।

অন্যমনস্কতা, শঙ্কা, ভয়, দুশ্চিন্তা থাকলে, শৃঙ্গার কম হলে বা দীর্ঘ বিরতির পর হলে দুই তিন মিনিটেও শেষ হয়েছে। আজকালকার শারীরিক দুর্বলতা ও মানসিক অশান্তির দরুন বেশীক্ষণ বীর্যধারণ করতে পারি না।

শ্রীমতী মল্লিকা : মিলনের বিভিন্ন স্তর সম্বন্ধে আমার নিজের কোনও ধারণা ছিল না। শুধু এইটকু লক্ষ্য করিয়াছি যে, প্রথম প্রথম স্বামী (প্রথম) যখন কিছুক্ষণ শৃঙ্গারাদির পর মিলিত হইতেন তখন অধিকাংশ সঙ্গমই আমার নিকট উপভোগ্য হইত। পরবর্তীকালে, অর্থাৎ আমি যখন হইতে তাঁহার নিকট পুরাতন হইয়াছি, যৌনমিলনের প্রকৃত রূপ দাঁড়াইয়াছিল—কোনও প্রকারে স্বামীর বীর্যস্খলন। আমার চরমানন্দ প্রায়ই হইত না। মিলনের বিভিন্ন স্তর সম্বন্ধে স্বামীর কোন ধারণা ছিল না বলিয়াই বোধ হয়। প্রথম প্রথম যে শৃঙ্গার প্রয়োগ করিতেন উহা একান্তভাবে তাঁহার নিজ তৃপ্তির জন্যই করিতেন। ডাঃ সেন মিলনের বিভিন্ন স্তর সম্বন্ধে জানেন এবং শৃঙ্গার প্রয়োগে বিশেষ পারদর্শী।

মিলনের বিভিন্ন স্তরের আবশ্যকতা যে কত বেশী নিজ জীবনে তাহার যথেষ্ট প্রমাণ আছে।

আমার প্রথম স্বামী প্রধানত এই সমস্ত শৃঙ্গার প্রয়োগ করিতেন : ওষ্ঠে, গালে ও বক্ষে চুম্বন; স্তন ও ভগ-মর্দন, মাঝে মাঝে ভগের সহিত পুরুষাঙ্গ ঘর্ষণ; এবং কখনও কখনও ওষ্ঠে, গালে ও বক্ষে দংশন। শৃঙ্গারকালে দংশন বিশেষ করিতেন না, তবে

চরমানন্দকালে সর্বদাই দংশন করিতেন। ঘর্ষণে ভগাঙ্কুর উদ্দীপিত বলিয়াই এই শৃঙ্গারই আমার সর্বাপেক্ষা ভাল লাগিত, কিন্তু ঘৃণাবোধ হইত বলিয়া স্বামীকে বড় একটা করিতে দিতাম না। আমি পুরুষাঙ্গে হস্ত প্রয়োগ ভিন্ন আর কোনও শৃঙ্গার প্রয়োগ করি নাই, তিনিও আর কিছু চাহিতেন না।

ডাঃ সেন এত প্রকার শৃঙ্গার প্রয়োগ করেন যে, তাহার তালিকা করা মুশকিল—প্রত্যহই যেন নূতন নূতন উপায় আবিষ্কার করেন। আমার সর্বাঙ্গে বিশেষ করিয়া কাম-কেন্দ্রগুলিতে হস্ত, মুখ ইত্যাদি দ্বারা যত রকম শৃঙ্গার প্রয়োগ সম্ভব কিছু বাদ যায় না, কেবল ভগদেশে মুখপ্রয়োগ কখনও করেন নাই। সমস্ত শৃঙ্গারই আমার ভাল লাগে; যেগুলি সর্বাপেক্ষা ভাল লাগে তাহা এইঃ অঙ্গুলী ও লিঙ্গাগ্রদ্বারা ভগাঙ্কুর ও ভেস্টি-বিউল ঘর্ষণ, স্তনবৃন্ত চোষণ এবং ভগ ও স্তন মর্দন। সমস্ত শৃঙ্গারই তিনি খুব চাপাচাপি ও জোরের সহিত করেন। তাঁহার নিকট হইতে বলপ্রয়োগ বাসনা করি বলিয়া ইহাই আমার খুব ভাল লাগে এবং মাঝে মাঝে শৃঙ্গারকালেই একবার বা দুইবার চরমানন্দলাভ হইয়া যায়। তাঁহার বলপ্রয়োগের ফলে পরে স্থানে স্থানে (বিশেষত স্তনে) বেদনা হয় ও সময়ে সময়ে সজোরে চোষণের জন্য কালশিরা পড়িয়া যায়। ডাঃ সেন যে কখনও আমার যৌনঅঙ্গে মুখপ্রদান করেন না (তাঁহার পূর্বস্ত্রীর অঙ্গে মুখ প্রয়োগ করিতেন আমার নিকট স্বীকার করিয়াছেন) তাহার কারণ আমার মনে হয় যে, প্রথমেই, আমি যে উহা ঘৃণাজনক মনে করি, আমার এই মনোভাব তাঁহার নিকট প্রকাশ হইয়া গিয়াছে। যদি তিনি আমার ইচ্ছার বিরুদ্ধে জোর করিয়া আমার অঙ্গে মুখপ্রয়োগ করিতেন তবে অবশ্যই উহা আমার নিকট ভাল লাগিত এবং উহা আনন্দদায়ক বলিয়া মানিয়া লইতাম। যেরূপ-ভাবে আমি তাঁহার নিকট সর্বস্ব সমর্পণ করিয়াছি এবং তাঁহার প্রতি আমার যেরূপ তীব্র যৌন আকর্ষণ ছিল ও রহিয়াছে তাহাতে মনে হয়, তিনি ঐভাবে আরম্ভ করিলে সময়ে সময়ে আমিও হয়ত তাঁহার অঙ্গে মুখ প্রদান করিতাম। প্রমাণ স্বরূপ বলা যায় যে, আমার পুরুষাঙ্গ দর্শনে ঘৃণার উদ্রেক হয়, আমার পূর্ব স্বামীর অঙ্গ দুই চারিদিনের বেশী দর্শন করি নাই, কিন্তু ডাঃ সেনের সম্পর্কে ঐ কথা খাটে না। ভালবাসা ও ঘৃণা পরস্পর-বিরোধী।

আমি তাঁহার প্রতি এইসব শৃঙ্গার প্রয়োগ করিঃ হস্তপ্রয়োগ—অণ্ডকোষের থলির স্থানে স্থানে অঙ্গুষ্ঠ ও তর্জনী সাহায্যে মৃদুমর্দন; পেরিনিয়াম, কুঁচকী, লিঙ্গমূল, উরুর ভিতরগাত্র, কামাদ্রি প্রভৃতি স্থানে হস্ত দ্বারা সুড়সুড়ি প্রয়োগ ও চুলকানো এবং তাঁহার পুরুষাঙ্গ হস্তদ্বারা মর্দন। শেষোক্ত শৃঙ্গার তাঁহার অনুরোধেই প্রথম আরম্ভ করি এবং উহাই তাঁহার সর্বাপেক্ষা ভাল লাগে। শৃঙ্গারকালীন চুম্বনের কথা উল্লেখ করিলাম না বলিয়া আশ্চর্য হইবার কিছু নাই—একত্র হইবার সময় হইতে পৃথক হইবার পূর্ব মুহূর্ত পর্যন্ত এত অজস্র চুম্বন-বিনিময় হয় যে শৃঙ্গার প্রসঙ্গে স্বতন্ত্রভাবে উহার উল্লেখের কোনও সার্থকতা নাই।

যৌন অঙ্গে মুখপ্রয়োগ সম্বন্ধে আমার পূর্ব স্বামীর ও বর্তমান স্বামী ডাঃ সেনের মতামত ও মনোভাব উপরের বিবরণী হইতেই জানা যাইবে। নিম্নে বর্ণিত ভদ্রমহিলা বাদে অপর কাহারও সম্বন্ধে বিশ্বাসযোগ্য কোনও বিবরণ পাই নাই। তবে শুনিয়াছি অনেক স্বামী-স্ত্রীই নাকি পরস্পরের যৌন অঙ্গে চুম্বনাদি করিয়া থাকেন।

এক শিক্ষিতা (B A.) সুরুচিসম্পন্না ভদ্রমহিলা (২৭/২৮) ও তাঁহার স্বামী (৩১) শৃঙ্গারকালে নিয়মিতভাবে পরস্পরের যৌন অঙ্গে মুখপ্রয়োগ করিয়া থাকেন।

তাঁহাকে প্রশ্ন করিয়াছিলাম যে, যৌন অঙ্গে মুখপ্রযোগে তাঁহার ঘৃণা হয় কি না, ইহা তাঁহার ও স্বামীর পক্ষে খুব আনন্দদায়ক কি না, প্রথম কিভাবে ইহা তাঁহাদের মধ্যে আরম্ভ হয় ইত্যাদি। আমার এই সমস্ত প্রশ্নের উত্তরে তিনি যাহা বলিয়াছিলেন, ধারাবাহিকভাবে সাজাইয়া অবিকল তাঁহারই উক্তি উদ্ধৃত করিতেছি—"বিয়ের বোধ হয় ২ ৩ মাস পরে রতিবিহার তখন বেশ অভ্যাস হয়ে গেছে আর ভাল লাগছে, সেই সময়ে একদিন উনি (স্বামী) আমার ওখানে মুখ দেন। এই সময়ে আমরা সম্পূর্ণ নগ্ন হয়েই মিলিত হতাম, দিনের বেলায়ও হ'ত, আবার রাত্তিরে যখনই হ'ত আলো জেলেই হ'ত। প্রথম যখন তিনি ওখানে মুখ দিলেন আমার এমন একটা আরাম হ'ল যে সমস্ত গায়ে কাঁটা দিয়ে উঠল আর মনে হতে লাগল যেন তিনি মুখ না তোলেন। তার পর দিন ওঁকে জিজ্ঞাসা করেছিলাম, 'তোমার ঘেন্না করল না।' তিনি উত্তর দিলেন, 'তোমার কোন জায়গায় আমার ঘেন্না নেই।' তারপর থেকে প্রত্যেকবার তিনি ওখানে মুখ দিয়ে অনেক কিছু করতেন, আমার খুব ভাল লাগত। এত ভাল লাগত যে, এই ধরনের কথা মনে হবামাত্র সমস্ত শরীর শিউরে উঠত; প্রতিদানে আমার প্রথম প্রথম ঘেন্না করতে লাগল বটে, কিন্তু উনি আমাকে এত আনন্দ দিচ্ছেন আর আমি যদি প্রতিদান না করি খুবই অন্যায় হবে এই ভেবে শৃঙ্গারকালে তাঁর (স্বামীর) যৌন অঙ্গে আমিও মুখ দিতাম। উনি বলেন, মুখ দিতে নাকি ওঁর খুব ভাল লাগে। অন্য অনেক শৃঙ্গারও চলে।"

আমার প্রথম স্বামীর শৃঙ্গারের পর্যায়ক্রম ছিল এইঃ শয্যাগ্রহণের পর হইতেই কিছুক্ষণ গল্পগুজবের ফাঁকে ফাঁকে ওষ্ঠে ও কপালে চুম্বন ও বক্ষ মর্দন। পরে উত্তেজনা বৃদ্ধির সঙ্গে সঙ্গে স্তন চুম্বন, কখনও কখনও ওষ্ঠে, গালে বা বক্ষে দংশন ও ভগমর্দন। ইহার পরে, কোনও কোনও দিন ভগলেহন, সর্বশেষে ভগের সহিত পুরুষাঙ্গ ঘর্ষণ। ইহার পরই আঙ্গিক মিলন সংঘটিত হইত। শেষের দিকে অতসব কিছু হইত না। তিনি সঙ্গমেচ্ছা লইয়া আমার শয্যায় আসিলেই আমি উঠিয়া অর্থগাইনল জেলী প্রবিষ্ট করাইয়া শয্যাগ্রহণ করিতাম, তিনি সামান্য ঘর্ষণাদি করিয়াই মিলিত হইতেন।

বর্তমান স্বামী ডাঃ সেনের শৃঙ্গারের পর্যায়ক্রম বর্ণনা করা সম্ভব নহে। কবে যে কোন্‌টার পর কোন্ শৃঙ্গার হইবে এবং কোন্‌টা কতক্ষণ করিয়া হইবে তাহার কোনও স্থিরতা নাই। সেইজন্য তাঁহার শৃঙ্গার প্রয়োগ প্রতিবারেই নূতনত্বের আস্বাদ দেয়।

প্রথম স্বামী কখনও চেষ্টা করিয়া আমার ভগাঙ্কুর উদ্দীপিত করেন নাই। বর্তমান

স্বামী ভগমর্দন, ঘর্ষণ করিয়া এবং প্রয়োজন বা ইচ্ছা হইলে আঙ্গিক মিলন সংস্থাপনের পরও আসন-কৌশলে ভগাঙ্কুর উদ্দীপিত করেন।

আমার পূর্ব স্বামী আঙ্গিক মিলন সংস্থাপনের পূর্বে প্রথম অবস্থায় ১০/১৫ মিনিট শৃঙ্গারে ব্যয় করিতেন, ক্রমশই এই সময় কমিতে থাকে এবং শেষের দিকে আধমিনিটও হইয়া পড়ে।

ডাঃ সেন ২০ মিনিট হইতে একঘণ্টা পর্যন্ত শৃঙ্গারে ব্যয় করেন। পূর্ব স্বামীর সহিত সরাসরি মিলনে ব্যথা বোধ হইত, সেইজন্য শেষের দিকে অর্থগাইনল জেলী দিয়া কষ্ট দূর করিতাম। ডাঃ সেনের সহিত সরাসরি মিলন কখনও হয় নাই কারণ তাঁহার চুম্বন আলিঙ্গনই শৃঙ্গারের কাজ করে। ভালবাসার ক্ষেত্রে এইরূপই হয় ও হওয়া উচিত।

গ্রন্থকার ঃ স্বামীর অবহেলা, অনাদর ও রতিকার্যে অপটুতা যে অনেক স্ত্রীকেই অন্য পুরুষে আসক্ত করে তাহার অসংখ্য দৃষ্টান্ত পাশ্চাত্য দেশে আছে। আমাদের দেশে স্ত্রীদের বন্দী হইয়া থাকিবার পরিস্থিতিতে সহিয়া যাইবার ও লইবার প্রচেষ্টা ছাড়া আর কিই বা সম্ভব? এই উত্তরদাত্রী প্রথম স্বামী ও প্রণয়ীর (বর্তমানে স্বামী) ব্যবহারে যে পার্থক্য আগাগোড়া দেখাইয়াছেন তাহা হইতে স্পষ্টই প্রতীয়মান হইবে যে, তাঁহার প্রণয় ও পক্ষপাতিত্ব অনুমোদনযোগ্য না হইলেও প্রকৃতিবিরুদ্ধ নহে। একই মিলনকার্য হইতে একজনের নিকট পাইয়াছেন অশান্তি অপরের নিকট সুখ ও স্বাস্থ্যকর তৃপ্তি। তাঁহার প্রথম স্বামী যৌনবিজ্ঞানে জ্ঞানী হইলে যে স্ত্রীকে তৃপ্তা ও অনুগতা করিয়া রাখিতে পারিতেন তাহা কে না বলিবে?

মিঃ দত্ত ও মিঃ কাজী শৃঙ্গারের সদ্ব্যবহার করেন।

মিঃ রহিম এক রকম অসাধারণ বলা যায়। তাঁহার স্তর বিশ্লেষণ ভাল। তবে শৃঙ্গারেই এতটা সময় ব্যয় করিলে পারস্পরিক হস্তমৈথুনই করা হইল বলিতে হয়। শৃঙ্গারের প্রাথমিক উত্তেজনা আদান-প্রদানের উপায় মাত্র।

অঙ্গস্থাপনের পর হইতে চরমপুলকলাভ পর্যন্ত সময়টা ও ক্রিয়াটাই পরম উপভোগ্য হওয়া উচিত। অথচ, প্রবৃত্তি চালিত পুরুষ ২/৩ মিনিটেই সাধারণত শেষ করে। বীর্যধারণ করিতে জানা ও শেখা সম্পর্কে তাই এত কথা মূল পুস্তকে বলা হইয়াছে।

শ্রীমতী মল্লিকার বিবরণীতে নারীর ভাল লাগা না লাগার কথা বিশদভাবে প্রকট।

শৃঙ্গার হিসাবে উত্তেজক গল্পগুজব খুব কাজে আসে বলিয়া মূল পুস্তকে আলোচনা করিয়াছি। এই প্রসঙ্গে একজন বিজ্ঞ ডাক্তার লিখেন, "আমার স্ত্রী খানিকটা কামশীতল। নিজে ইচ্ছে করে কখনও মিলন চান না। আমি চাইলেও টালবাহানা করেন। তবে অশ্লীল গল্পগুজব শুনতে খুব ভালবাসেন। আমিও বানিয়ে বানিয়ে বহু কেচ্ছা-কাহিনী নিজের ও বন্ধুবান্ধবের যৌনজীবন সম্পর্কে বলি—অবশ্য রীতিমত সাবধান করে যে সবটা কিন্তু সত্য নয়। তিনি বলেন, তা বাহাদুরি তো তোমরা দেখাবেই। তবু ভাল।"

"মাঝে মাঝে বেশী রাত্রে রোগী দেখে ফিরি। তিনি জেগে থাকেন বা ঘুম যান।

কখনও শখ হয় মিলনের। সরাসরি প্রস্তাবে অসম্মতি দেখান। আমিও 'আচ্ছা আজ না হল, অন্য সময়ে হবে' বলে প্রস্তাব উঠিয়ে নিই। তারপর আস্তে আস্তে বলতে থাকি একটা কেচ্ছা। গভীর মনোযোগের সঙ্গে থাকেন শুনতে। বুঝি ওঁর মত বদলাবে। গায়ে হাত দিলে বাধা দেন না। বলি হয়ে যাক তবে। বলেন, 'তুমি তো ছাড়বার পাত্র নও। কি করা যায়?' না হ্যাঁ হয়ে যায়!"

"শুধু এতটুকুই নয়। আরও মজার কথা। মিলনকালে খানিক উত্তেজনা বাড়াবার জন্য উনিই ফরমাস করেন, আচ্ছা, ঐ নার্সের সঙ্গে তোমার সংসর্গটার গল্প বল না। ফুলিয়ে ফাঁপিয়ে বলি। তিনি রাগ ত করেনই না বরং চরমপুলকলাভ করেন।"

"শুধু হাতাহাতি ধস্তাধস্তিমূলক শৃঙ্গারের চেয়ে কানের মারফতে আনন্দ দেওয়া মন্দ কি?" মন্দ কেন হবে? একটি অতি সঙ্গত পন্থা।

২৬। মিলনশেষে আপনার / আপনার সাথীর অবসাদ বা ঘৃণাবোধ হয় কি? আপনাদের মনোভাবের বৃত্তান্ত লিখুন।

মিলনশেষে আপনারা শীঘ্র বিযুক্ত হইয়া নিদ্রা যান কি? না অভিন্নভাবে আলাপ-আলোচনা ও আদর-সোহাগে কিছুকাল ব্যয় করেন? আপনাদের এই সময়কার আচরণের বৃত্তান্ত লিখুন।

আপনার / আপনার সাথীর চরমপুলকলাভ সাধারণত হয় কি? কাহার কতক্ষণে? লক্ষণসমূহ বুঝিতে পারেন কি? কি কি? চরম-তৃপ্তি হইল কিনা পরস্পরে অসংকোচে জিজ্ঞাসা করিয়া জানিয়া লন কি?

মিলনশেষে 'স্নান করিতেই হইবে' এই ধারণা আপনাদের ছিল কি? কিভাবে হইল? পালন করেন কি? বিজ্ঞান যে উহার বাধ্য-বাধকতা মানে না ইহাতে আপনাদের ঐ ভাবের সংস্কার হইয়াছে কি? দাম্পত্য মিলন ধর্মসঙ্গত, সৃষ্টির গোড়ার কথা, মধুর ও ভালবাসা সঞ্জাত, স্বাস্থ্য, শান্তি ও দাম্পত্য প্রেমবর্ধক—তবুও উহাকে ঘৃণ্য, অপবিত্র (নাপাক) মনে করার স্বপক্ষে ও বিপক্ষে বলিবার কি আছে?

মিঃ দত্ত ঃ মিলনশেষে আমাদের কাহারও অবসাদ বা ঘৃণা বোধ হয় না। আনন্দ, শান্তি ও স্ফূর্তি-বোধই হয়। মিলনের পূর্বে ও শেষে অভ্যাসমত স্ত্রী ধুইতে যাইতেন, সুতরাং আমিও। ফিরিয়া আসিয়া পাশাপাশি শুইয়া ২/৪টি কথার পর নিদ্রা যাইতাম। Vasectomy অপারেশনের পর আর গর্ভভয় না থাকায় বিছানাতেই থাকিয়া মুছিয়া আলিঙ্গনাবদ্ধ হইয়া, কিরূপ আনন্দ হইল সে বিষয়ে কথা বলিয়া নিদ্রায় আয়োজন করি।

স্ত্রী চরমপুলকলাভ শতকরা ৯৫ ভাগ ক্ষেত্রে হয়। দু'জনের একসঙ্গে ২/৪ মিনিটে।

(সাক্ষীর স্ত্রী কাম-উষ্ণ বলিয়া এইরূপ হয়। এত অল্প সময়ে চরম-তৃপ্তি হওয়া সৌভাগ্যের কথা। সাধারণ ক্ষেত্রে নারীর অনেক বেশী সময় লাগে। —গ্রন্থকার।)

লক্ষণসমূহ অধিকাংশ সময় বুঝিতে পারি। যথা—(ক) আমায় জোরে আঁকড়াইয়া ধরা এবং (খ) দ্রুত এ-পাশ ও-পাশ নিতম্ব ও উরু সঞ্চালন। কখনও কখনও এইগুলি

তেমন প্রকাশ হইল না, অথচ বলিলেন 'হইয়া গিয়াছে'। শুধু শেষ হইল কিনা তাহাই নহে, মিনিট খানেকের পর হইতে পরস্পর পরস্পরকে (শেষ হইতে) কত দেরী জিজ্ঞাসা করিতে থাকি ও যাহাতে একত্রে চরম মুহূর্তে পৌঁছিতে পারি সেই চেষ্টা করি। হইয়া গেলে বলাবলি তো হয়ই। চরম মুহূর্ত আসিতেছে বুঝিতে পারিলে অপরকে উভয়েই বলি।

আমার চরমপুলক প্রায় প্রত্যেক বারই হয়, তবে কখনও কখনও স্ত্রীর শেষ হইবার পর যদি দেখা যায় আমার অনেক দেরী এবং তাড়াতাড়ি করিয়াও স্খলন হয় না বা হইবে না এবং স্ত্রীর আর ভাল লাগে না, তখন অগত্যা বিযুক্ত হইতে হয়—'পরবর্তী বারের জন্য জমা রহিল' এই সান্ত্বনায়। কখনও কখনও বিযুক্তির পর সংযুক্ত হই। আগ্রহ দেখিয়া (বোধ হয় অনিচ্ছাসত্ত্বে) স্ত্রী রাজী হন। হয়ত তখন আমার চরমপুলকলাভ হয়।

প্রথম দিকে নারীর চরম-তৃপ্তির কথা জানা ছিল না! তবে (প্রায় সাড়ে বার বৎসরে) স্ত্রীর ঋতু হইবার পর মিলন হইলে তাঁহার বেশ ভাল লাগিয়াছিল। তাহার আগে ভাল লাগিত না। সম্ভবত ঋতু আরম্ভের এক বৎসরের মধ্যেই দুইজনের একত্রে চরমপুলকলাভ আরম্ভ হয়।

(এই দম্পতি এদিকে খুব সৌভাগ্যবান। অনেক ক্ষেত্রেই এতবার স্ত্রীর চরমপুলক-লাভ হয় না—গ্রন্থকার)।

শুধু আদর-সোহাগেই স্ত্রীর চরম-তৃপ্তিলাভ হইয়াছে বলিয়া জানা নাই। কিছুদিন বিচ্ছেদের পর মিলনে স্ত্রীর খুব শীঘ্র (১ মিনিটের ভিতরই) শেষ হয়।

(ইহা স্বাভাবিক। স্ত্রী পূর্ব হইতে আনন্দের প্রতীক্ষায় থাকেন।—গ্রন্থকার।)

মিলনশেষে স্নান করতেই হইবে—এই ধারণা আমাদের নাই, থাকাও উচিত নহে। সম্ভবত ইহুদিদের অনুকরণে মুসলমানদের মধ্যে এই সংস্কার আসে। দাম্পত্য মিলন পবিত্র মধুর। অপবিত্রতার কথা উঠাই উচিত নহে। যুক্তিবাদী মানুষ বাধ্যতামূলক স্নানের কথা মানিবে না।

মিঃ কাজী: মিলনে যত সুখ তার অধিক হয় মিলনশেষে। অবসাদ বা ঘৃণার কথা আসাই উচিত নয়। ওরূপ বোধ যারা করে তারা প্রেম বর্জিত নরাধম, ভালবাসা জানে না, মিলন সুখ উপভোগে অপারগ।

মিলনশেষে বিযুক্ত হয়ে নিদ্রা যাই না। অঙ্গ শক্ত থাকলে কাত হয়ে আবার সংযোগ স্থাপন করে তবে ঘুমাই। না হলে ঘুম হয় না। হয়ত কামড়া-কামড়ি করে ঐ অবস্থায় এসে তারপর ঘুমাই। ঘুমাবার আগে গল্প-গুজব হাসি-ঠাট্টাও ভাল লাগে / বুকে, মুখে হাত বুলিয়ে আরাম পাই ও দিই।

যারা মিলনশেষে তৎক্ষণাৎ-বিযুক্ত হয়ে নাক ডাকিয়ে ঘুমান তাঁরা পশুদের কার্য-শেষে বিচ্ছিন্ন হয়ে সরে পড়ার মতই ব্যবহার করেন।

(তাঁহার স্ত্রী গর্ভবতী বলিয়াই বোধ হয় এরূপ করিয়া থাকেন। জন্মনিয়ন্ত্রণের পূর্ণ সতর্কতা না লইয়া ওভাবে অঙ্গ সংযোগে ঘুমানো গর্ভভয় বাড়ানো ছাড়া আর কিছুই নহে। স্ত্রীর ঋতু সংহারের পর বৃদ্ধ-বৃদ্ধার পক্ষে এইরূপ করাই ভাল। অস্ত্রোপচারে এক পক্ষের বন্ধ্যা হইবার পরেও দম্পতিরা ওরকম করিতে পারেন। —গ্রন্থকার।)

আমাদের চরমপুলকলাভ খুব হয়। স্ত্রীর ৮/১০ মিনিট লাগে। তারপর সময় কমতে থাকে। আমি একটু বেশী সক্রিয় হলেই ওঁর হয়ে যায়। আমি বুঝতে পারি আমার অঙ্গের মারফতে।

একটি বিষয়ে আমার খুব কৃতিত্ব। তা হল আমি অতিশয় যৌনসংযমী। যতক্ষণ ইচ্ছা থাকতে পারি। পরীক্ষিত ১ ঘণ্টা ৪৫ মিনিট। এই সময়ে পরীক্ষামূলকভাবে স্ত্রীর ২০ বার চরমপুলকলাভ হয়; তারপর ওঁর অনুরোধে আমার কাজ শেষ করি ওঁর ২০ বারে। স্ত্রী নিজ মুখে স্বীকারও করেন প্রতিবারে এবং গণনা করেন। অন্য একদিন ১৯ বারে আমি শেষ করি, সময় ১-৩০ মিনিট। এছাড়া উনি বলেন ওঁর সাধারণভাবে ৮/১০ বার চরমপুলক না হলে শখ মেটে না। আমি অল্প সময়েও শেষ করতে পারি। কিন্তু উনি তা চান না। নানা কৌশলে, বিভিন্ন আসন নিয়ে ৩ বার চরমপুলক দিয়েও ওঁকে সুখী করা যায়নি। তবে হ্যাঁ, যদি উনি আমাকে ক্লান্ত দেখেন তবে নিজে বিপরীত বিহারে আমার দ্বারা পুলক পেয়ে শেষ করে নেন।

আমার স্ত্রী অসাধারণ মমতাময়ী, মায়াবিনী—আমাকে খুব ভালবাসেন। যে চরমপুলক দিতে পারে না সে পুরুষকে আমি নারীর কাছে গিয়ে নারীকে অবমাননা করতে বারণ করি। ২/৩ মাসের ব্যবধানে একই সমবয়সী ৫ জন মেয়ের বিয়ে হয়। আমার স্ত্রীর মারফত তাদের কথা জেনেছি। তারা কিছু জানে না। হয়ত মিলনে ওদের আনন্দ লাগতে থাকে কিন্তু তখনই তাদের স্বামীর শেষ হয়। এও শুনেছি তাদের স্বামীরা রাত্রে ৫/৭ বার সঙ্গম করেন কিন্তু তাদের চরমপুলকলাভ হয় না অথচ আমি দিবা ও রাত্রে ২, ঊর্ধ্বে ৩ বার সঙ্গমলাভ করি আর ওঁর তাতে ১০ হতে ২০ বার চরমপুলক হয়। ওদের ভাগ্যের জন্য আমার স্ত্রী দুঃখ করেন, আমিও। তাদের স্বামীরা কেউ ম্যাট্রিকের কম নন, তারা ধনী ও সুখী কিন্তু হাসি দেখিনি বেশী তাদের। আমার স্ত্রী দ্বারা তাদেরকে এ বিষয় জানাই এবং মিলনকলার কথা শিখতে বলি।

এই নব-বিবাহিত তেজস্বী যুবকের উক্তি হইতে সন্ধান পাওয়া যাইতেছে ঃ

(১) তিনি অসাধারণ। মিলন কলাকৌশল আয়ত্ত করার সাধনা না করিয়াই বীর্য-ধারণে সক্ষম। শুধু তাহাই নহে, সক্রিয় মিলন সময়ের দৈর্ঘ্যে সারা বিশ্বে বোধ হয় একজন রেকর্ড ভঙ্গকারী।

সাধারণ লোকদের অপারগতাকে তিনি পরিহাস করিয়াছেন কিন্তু কোটি কোটি পুরুষই ঐরকম।

আশার কথা এই যে, ইনি যেমন ক্ষমতাশালী, অপরেরা সাধনা করিয়া অতটা না হইলেও অনেকটা সফল হইয়া থাকেন, এই ভাবিয়া তাহারা এই পুস্তকে বর্ণিত প্রণালীতে সাধনা করিয়া নিজেদের অক্ষমতা যতটা সম্ভব দূর করিবেন।

(২) কোটি কোটি নারী স্বামীর দ্রুত স্খলনের দরুন সারাজীবনে মাত্র মাঝে মাঝে চরমপুলকলাভ করেন। তাহার স্ত্রীর বার বার চরমপুলকলাভ করার অভ্যাস ও আদায় করার প্রচেষ্টা তাঁহার পক্ষে সঙ্গত উপভোগ।

ডক্টর কিন্‌জে ও জন মাস্টার্স্‌-এর অনুসন্ধানেই ধরা পড়ে যে, পুরুষ যেমন শুক্রস্খলনের সাথে সাথে নিস্তেজ হইয়া পড়ে, নারীরা একই বারেব আনন্দদায়ক মিলনে ২/৪, এমনকি আরও বহুবার চরমপুলকলাভ করিতে পারেন। তাই নারীদের উৎসাহ ও উপভোগ-ক্ষমতা কম নহে; স্বামীদেরই অপারগতা বা অবহেলার দরুন বেচারীরা এত বড় সুখ হইতে বঞ্চিতা থাকেন। —গ্রন্থকার।)

গ্রামে বিয়ে করেছি বলে সব জানি। তারা তাদের স্ত্রীকে সঠিক বিশ্বাস করে না বলেও মেয়েদের দুঃখ। আমি আমার স্ত্রী সম্বন্ধে সব জানি, তিনিও সব জানেন। আমি আগে দুষ্ট ছিলাম না বা নারীলোভী ছিলাম না; অন্যভাবে কাজ সমাধা করতাম। বিয়ের পব স্ত্রীর জন্যই হয়ত তা হয়েছি। আমার স্ত্রী তার বোনদের আমার কোলে বসিয়ে দেন, বলেন উনি প্রীতির লোক। আমি সুখ পাই। ওকে এত ভালবাসি যে, শালীদেব উপভোগ করতে কান্না আসে। তবুও সুযোগ নিই। আমার মনে হয়, এটা আমার স্ত্রীর কৌশল আমাকে বশ করার জন্যই, সুযোগ সৃষ্টি করে ভোগ করান স্ব-ইচ্ছায়।

আমি কিন্তু কোন পুরুষের সাথে তাকে মিলতে দিই না। তিনিও ইচ্ছা করে তা বন্ধ করেছেন ও আমার জন্য অপেক্ষা করে থাকেন। গ্রামে হলেও বারণ করেছেন শ্বশুর বা অন্য কেউ আনতে না গেলে আসবেন না। স্ত্রী শ্বশুরালয়ে আছেন। তাই যখন বাড়ী থাকি শালিকাদের পাঠান। কি এর পরিণাম জানি না। সুযোগ হাতছাড়া প্রায়ই হয় না। কিন্তু একবার কাছে গেলে আমাকে অন্তরীণ করেন ও কাছে বসে ওদের দ্বারা ফুট-ফরমাশ করান। শালিকা ৫টা। তারাও তাই করে যায়। ব্যবহারের উপযোগী দুটোকে নিয়েই তার যত ছল ও খেলা।

আমি তাকে সন্দেহ করব, তাও করতে পারি না। কেননা তিনি ধর্মের কাজ করেন ও আমার নির্দেশ পালন করেন। আমি বলি, স্বামীকে বাইরে উপভোগের লোভ দেখিও না। তিনি বলেন, দোষ কি? আমাব ন্যায্য প্রাপ্য পেলেই হল। এ সম্পর্কে ভেবে কুল পাই না। মোট কথা, স্ত্রী আমাকে খারাপ করেছেন এবং ভালবাসা বাড়াচ্ছেন। এমন নারী জীবনে দেখিনি, দেখব বলেও মনে হয় না।

(উত্তরদাতার স্ত্রী বাধ্য, অনুগতা, মমতাময়ী ইহাতে সন্দেহ নাই। তবে জানিয়া শুনিয়া স্বামীকে শালী-উপভোগের সুযোগ দিবার প্রচেষ্টা রহস্যময়। সাধারণত

পুরুষের মত নারীরাও ঈর্ষাকাতর। তবে পুরুষের বহুভোগ বহুকাল হইতে সহিয়া সহিয়া উহারা আত্মসংবরণ করিতেও জানেন। এই মেয়েটির স্বামীকে সন্তুষ্ট করিবার এই প্রক্রিয়া বাস্তবিকই অসাধারণ ও অবোধ্য। তবে মানুষের মনের লীলাখেলার অন্ত নাই। —গ্রন্থকার।)

চরমপুলকলাভের লক্ষণ ঃ—স্ত্রী সকর্মক হন, বিপরীত বিহার করেন। হস্ত, পদ দ্বারা সজোরে জড়িয়ে ধরেন। সজোরে অঙ্গ চালাতে বলেন। আমার অঙ্গে তার অঙ্গের ঝাঁকানি এসে লাগে। নিশ্বাস বন্ধ করে, শেষ হলে দম নেন। ওহ্, আহা আওয়াজ করেন, চিমটি কাটেন, আমার পাছা ধরেন। মুখে বলেন 'এবার হল'। চোখ ঈষৎ লাল হয়। তলপেট ফুলে ওঠে, নরম হয়। হয়ে গেলে লজ্জিত হন ও হাসেন। আর কি লিখব। মোট কথা, হলে উনিই জানান প্রতিবারই।

একটা উপদেশ চাই—স্ত্রীর অধিকবার পুলকলাভ হলে কি শরীর খারাপ হয়? আমার স্ত্রীর ত তাই হচ্ছে। এটা কি রোগ না চরমপুলকের আধিক্যের কুফল জানাবেন। বরং আপনার পরবর্তী পুস্তক মুদ্রণের সময় সংখ্যা নির্দিষ্ট করে দেবেন। নতুবা তাঁকে নিবারণ করা সম্ভব নয়। আপনার কথায় তার খুব বিশ্বাস। উনি বলেন, "জীবনে এই একটা বই পড়লাম।"

(উত্তরদাতার স্ত্রীও এ পুস্তক পড়িয়া অবহিত হইতেছেন ইহা সুখের বিষয়। মেয়েরা সাধারণত স্বামীদেরই পড়াশুনা করিয়া রতিক্ষম হইবার অপেক্ষায় থাকেন। আজকালকার শিক্ষিতা মেয়েদের নিজেদেরও দায়িত্ব যৌনজ্ঞান লাভ করিয়া দাম্পত্য জীবন আরও সুখময় করিয়া তোলা।

প্রশ্নের উত্তরে বলিতে হয়, নারীদের একাধিকবার চরমপুলকলাভ করিবার সৌভাগ্যই হয় কম। যাঁহাদের হয় তাঁহারা নিজেরাই যেন সুখের মাত্রা ছাড়াইয়া গিয়া কষ্টকর পর্যায়ে না পড়েন তাহা লক্ষ্য রাখিবেন। সংখ্যা বার বার নির্দেশ করার প্রয়োজন নাই। —গ্রন্থকার।)

মিঃ আহাদ ঃ মিলনান্তে ঘৃণাবোধ করি না। 'স্নান করিতেই হইবে'—একথা এখন আর মানি না। এ সম্পর্কে ২৩নং প্রশ্নে আমার উত্তর দেখুন।

চরমপুলকলাভ প্রথম স্ত্রীর মাঝে মাঝেই হইত; দ্বিতীয়ারও অমনই হয়।

মিঃ রাহিম ঃ মিলনান্তে অবসাদ আসে; কিন্তু ঘৃণাবোধ হয় না। কোন কোন সময়ে যুক্তাবস্থায় ঘুমিয়ে পড়ি। বেশীর ভাগ সময়ে বিযুক্ত হয়ে বাথরুম হতে ধুয়ে মুছে আদর-সোহাগে আলাপ-আলোচনার মাধ্যমে কেমন হল ইত্যাদি পরস্পর জিজ্ঞাসাবাদ করে দুধ বা জল কিছু খেয়ে পৃথক হয়ে নিদ্রা যাই।

১ম খণ্ডেই বলেছি—বিছানায় যাবার আগে প্রয়োজনবোধে স্নান করি; কিন্তু মিলনান্তে করি না। বিবাহ জীবনের প্রথম দিকে মাঘ মাসের শীতে কোন রাত্রে ৪ বারও স্নান করেছি—ধর্মীয় অনুশাসনে। বিজ্ঞানের আলোতে উহা অহেতুক মনে হয়।

দাম্পত্য জীবন জৈবিক প্রয়োজন ছাড়া আর কিছুই নয়। 'অপবিত্রতা', 'অশুচি' ইত্যাদি মনের খেয়াল মাত্র। স্বাস্থ্যবিধি অবশ্য অপরিচ্ছন্নতা, দুষ্ট বীজাণুর সংক্রমণ ইত্যাদি হতে সতর্কতা অবলম্বন করতে বলে।

চরমপুলকলাভের কথা শৃঙ্গার-প্রয়োগ সম্পর্কে একটু আগেই বলেছি।

শ্রীমতী মল্লিকা ঃ মিলনশেষে বীর্যস্খলনের অল্পক্ষণ পরেই প্রথম স্বামী বিযুক্ত হইয়া যাইতেন, আমি উঠিয়া অঙ্গপ্রক্ষালন করিতে বসিতাম—ইহা আমার বরাবরের অভ্যাস। মিলনশেষে সাবান ও জল দ্বারা অঙ্গপ্রক্ষালন না করিলে আমি কিছুতেই নিদ্রা যাইতে পারি না, বড় অপরিচ্ছন্ন বোধ হয়—এমনকি শীতকালে রাত্রি দ্বিপ্রহরে মিলন হইলেও অঙ্গপ্রক্ষালন বাদ যায় না।

(এটা একটু বাড়াবাড়ি। দাম্পত্য ব্যবহার পাপ বা ঘৃণার কাজ নহে। অপরিচ্ছন্নতার কথাও মনে আসা উচিত নহে।—গ্রন্থকার।)

ডাঃ সেনের সহিত মিলনে চরমানন্দলাভের পরও সংযুক্ত অবস্থায়ই যতক্ষণ সম্ভব শয্যায় থাকি এবং এই সময় আলাপ-আলোচনা ও আদর-সোহাগ চলে। আমাদের উভয়েরই ইহা ভাল লাগে। এই সময় ডাঃ সেন এমন কৌশলে অঙ্গ সংস্থাপন করেন যে, উভয়ে আলিঙ্গনাবদ্ধ অবস্থায় থাকিলেও আমার শরীরে কোনও চাপ পড়ে না এবং সম্পূর্ণ বিচ্যুতি ঘটে না। বিযুক্ত হইবার পরে বাথরুমে যাই। ডাঃ সেন পূর্বেই জন্মনিয়ন্ত্রণের ব্যবস্থা করিয়া লন।

আমার পূর্ব স্বামীর সহিত মিলনে আমার সর্বদা পুলকলাভ হইত না, শেষের দিকে ত একেবারেই না। স্বামীর প্রতি মিলনেই চরমপুলকলাভ হইত। ডাঃ সেনেরও প্রতি মিলনেই (স্বেচ্ছাকৃত ধারক সঙ্গম ছাড়া) চরমপুলকলাভ হয়। তাঁহার সহিত মিলনে মাঝে মাঝে শৃঙ্গারকালীন একবার কি দুইবার এবং আঙ্গিক মিলনে প্রায়ই একবার কি দুইবার, প্রতিবারই এইরূপ দুই হইতে চারিবার আমার চরমানন্দলাভ ঘটে।

আমার চরমপুলকলাভের লক্ষণ এই ঃ সঙ্গমে পুলকলাভ হইতে থাকিলেই আমার অঙ্গসঞ্চালন আরম্ভ হয়, কখনও কখনও চরমপুলকলাভের কাছাকাছি সময়ে কণ্ঠ হইতে এক প্রকার চাপা চীৎকার বাহির হয় এবং চরমপুলকলাভের সঙ্গে সঙ্গে সঞ্চালন বন্ধ হইয়া সমস্ত শরীর শিথিল হইয়া আসে। ক্বচিৎ কখনও, আমার কাম জোয়ারের সময় প্রথম স্বামীর বীর্যস্খলনের পূর্বেই আমার চরমপুলকলাভ ঘটিয়াছে। চরমপুলকলাভের পর পূর্ব স্বামীর অঙ্গসঞ্চালন আর একটুও ভাল লাগিত না, তাঁহাকে কোন কোনও দিন ঠেলিয়া ফেলিয়া দিবার চেষ্টা করিয়াছি, তিনি অবশ্য ছাড়েন নাই। ডাঃ সেনের ক্ষেত্রে কিন্তু আমার চরমপুলকলাভের পরে সংযুক্ত থাকা ভালই লাগে।

পূর্ব স্বামীর চরমপুলকলাভের লক্ষণ আমি বুঝিতাম—সময় হইয়া আসিলেই তাঁহার অঙ্গসঞ্চালনের বেগ বৃদ্ধি পাইত এবং আমার ওষ্ঠে অথবা কপালে (বা আসন বিশেষে বক্ষে) দংশন করিয়া ধরিতেন। বিবাহের পূর্বে (বিবাহের ৩ মাস পূর্ব হইতেই

যৌনমিলন আরম্ভ হয়। প্রথম স্বামীরই সহিত।) মাঝে মাঝে স্বামী আমার ভাল লাগিতেছে কি না অথবা আমার চরমপুলকলাভ হইয়াছে কি না জিজ্ঞাসা করিতেন। আমি তাঁহাকে কখনও জিজ্ঞাসা করি নাই।

ডাঃ সেন আমার চরমপুলকলাভ হইল কি না এবং হইয়া আসিতেছে কি না এত সহজে বুঝিতে পারেন যে, প্রশ্ন করিয়া জানিবার কোন প্রয়োজনই হয় না। তাঁহার এমন ক্ষমতা আছে যে, ইচ্ছা করিলে তিনি আমার চরমপুলক আগাইয়াও আনিতে পারেন। আবার কিছুটা পিছাইয়াও দিতে পারেন। তাঁহার চরমপুলকলাভের কোন লক্ষণ বুঝিতে পারি না, কারণ আগাগোড়াই (মাঝে মাঝে আসন পরিবর্তন বা অন্য কারণে সাময়িক বিরতি ছাড়া) তিনি সমানভাবে চাপাচাপি, সজোরে ক্রিয়া ও চুম্বন-দংশন, চোষণাদি চালাইয়া যান। তবে তিনি নিজ হইতেই তাঁহার হইয়া আসিতেছে, এইবার হইবে, ইত্যাদি বলেন। ইচ্ছা হইলে আমিও অসংকোচে তাঁহাকে জিজ্ঞাসা করি। মাঝে মাঝে (সর্বদিন নহে) একটা জিনিস লক্ষ্য করিয়াছি যে, তাঁহার সময় হইয়া আসিতেছে, এরূপ সময়ে তিনি অশ্লীল বাক্যে আমার দেহসৌষ্ঠব ও যৌনপ্রদেশগুলির বর্ণনা এবং তাঁহার ক্রিয়ার বিশ্লেষণ করেন।

এক 'পরিচিতা ভদ্রমহিলার' চরমপুলকলাভের সময়ে সমস্ত শরীর শক্ত হইয়া নিশ্বাস বন্ধ হইয়া যায় এবং হস্তপদাদি দ্বারা সজোরে স্বামীকে আঁকড়াইয়া ধরেন। চরম আনন্দলাভের সঙ্গে সঙ্গেই সজোরে প্রশ্বাস বাহির হয় এবং সর্বাঙ্গ শিথিল হইয়া আসে।

মিলনশেষে 'স্নান করিতেই হইবে', আমাদের কাহারও (আমার, পূর্ব স্বামীর বা ডাঃ সেনের) সে ধারণা কখনও ছিল না। দাম্পত্য মিলনকে ঘৃণ্য বা অপবিত্র মনে করি না।

গ্রন্থকার ঃ মিঃ দত্ত ও শ্রীমতী মল্লিকা—উভয়েরই চরমপুলকলাভ সম্পর্কে উত্তর সুস্পষ্ট। সাধারণ স্বামী-স্ত্রীর ও সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণাও থাকে না, উহা লাভ করা না করার প্রচেষ্টাও তাহারা করে না। অথচ দম্পতির যৌনজীবনের প্রধান সমস্যাই উহা কি করিয়া লাভ করা যায়। মূল পুস্তকে তাই অত দীর্ঘ আলোচনার দরকার হইয়াছে।

শুক্রস্খলনে অপবিত্রতা ইহুদিদেরই একটা বাতিক। বাইবেলের এক অমূলক উক্তি হইতে এই অন্ধবিশ্বাসের উৎপত্তি। অবশ্য, মল-মূত্রের সঙ্গে তুলনা করিয়া অপরেরাও কতকটা ঘৃণাবোধ করেন। যুক্তিবাদী মানুষ আর এখন কাল্পনিক 'পবিত্রতা' লাভ করিবার জন্য বাধ্যতামূলক স্নানের ধার ধারেন না। ১ম খণ্ডের ৩৬-৪৪ পৃষ্ঠা ও এই খণ্ডের ১২৯-৩৫ দেখুন।

চরমপুলকলাভ নারীর পক্ষে কত বড় একটা অনুভূতি তাহার বর্ণনা করিয়াছেন মহিলা যৌনবিদ ম্যাক্সিন ডেভিস সুন্দর করিয়া।*

---

* "As she reaches the summit of excitement she suddenly becomes extremely tense—and then, abruptly, she feels a release of sexual tension.

মেয়েদের প্রত্যেকবারেই চরমপুলকলাভ হওয়া বা হইবে আশা করা বৃথা। তবে মিঃ কাজি ও রহিমের স্ত্রীদের কথা স্বতন্ত্র। শ্রীমতী মল্লিকার অভিজ্ঞতা বহু নারীরই অভিজ্ঞতার মত।

দ্রুতসম্পন্ন মিলন আর ধীর-সুষ্ঠুভাবে উপভোগ করা ক্রিয়ার মধ্যে পার্থক্য দেখাইতে গিয়া ডাঃ আইকেন্‌লব বলিয়াছেন ঃ

In fact, you gain more repletion at the end if you take plenty of time with sex. Sex-generated tranquility spreads slowly to every pore of both your bodies during the midphase of intercourse, and seems to explode in every area it has reached at orgasm. A quick climax is like a grenade going off in your genitals sending bits of contentment into every limb, but a climax reached after full sexual transportation is more like a planned demolition with dynamite strapped to every body part."

তবে, নারীদের অযথা আশা বাড়াইবার বা পুরুষদের অসম্ভব সাফল্যের বৃথা চেষ্টার পক্ষপাতী আমি নই। ডাঃ আইকেন্‌লব সুন্দর কথায় বলিয়াছেন ঃ

"Set reasonable standards of success."

"Probably the biggest obstruction to sexual self-confidence today is the false notion that a competent husband brings his wife to orgasm every time he tries. I doubt if any man alive comes close to reaching his visionary goal. According to Dr. Kinsey, less than one-fifth of women reach an orgasm two times out of five, and most must be content with stil less frequent orgastic reward. While you might improve upon these averages through the sex techniques detailed in this look, you should set your goal at freedom from unsatisfied sex yearnings and consider female orgasms as additional bonus treats not minimum success."

একটি নূতন কথা। পুরুষেরা প্রায় প্রত্যেক বারেই শুক্রস্খলন করিয়াই ফেলে—অনায়াসে পারেও। তবুও রতিক্ষম ও স্বাভাবিক বাসনাযুক্ত পুরুষেরা, বিশেষ করে প্রৌঢ়ত্বে ও বৃদ্ধ বয়সে, মাঝে মাঝে বিনা শুক্রপাতেই শেষ করার অভ্যাস করিতে পারেন।

"This is it, this is the moment of ecstasy when a woman soars along a Milky way among stars all her own. This is the high mountain—top of love of which the poets sing. Her whole being is a full Orchestra playing the fortissimo of a glorious symphony."

ডাঃ আইকেন্‌লব (Eichenlaub) লিখেন ঃ

"A few episodes in which the husband allows his excitement to subside gradually instead of passing through the final surge al o have worthwhile advantages for some couples, such episodes give considerable low-key sexual satisfaction to both husband and wife without in any way decreasing capacity for later orgasm-climaxed episodes, and they sometimes act as a potent energizing and masculinity-building tonic. And they afford priceless training in couple control, through which many couples learn how to pace their sexual crescendos for keenly mutual orgastic climaxes in later sexual communions".

একজন প্রবীন উকিল বন্ধু লিখেন, "সম্পূর্ণ রতিক্ষম ছিলুম আমি ছোটবেলা থেকেই। হস্তমৈথুন, পুংমৈথুন, বিবাহ-পূর্ব উপভোগ কিছুই বাদ যায়নি। যায়নি বলেই বিয়ের পর স্ত্রীকে প্রথম প্রথম আংশিক ও কিছু পর থেকেই চরমপুলক দিতে অনায়াসে সমর্থ হই।

"প্রথম প্রথম ২ ১ বছর প্রতি রাত্রে ও মাঝে মাঝে দিনেও উপভোগ করি। ৩/৪ বছর পর থেকে প্রায় ২৫/২৬ ব-র পর্যন্ত এক রাত্ত বাদ প্রতি প'রর রাত্ত। অবশ্য রোগশোক ঋতুকাল বাদ দিয়ে। সপ্তাহে ২ দিন আজ পর্যন্ত। আমার বয়স ৭৫ এখন।

"আপনার পুস্তকে বহু পুরুষের যৌনভোগের ব্যতিক্রমের কথা আছে। আমার সামর্থ্য কি অসাধারণ ?"

উত্তম রতিক্ষম পুরুষের সাধারণ পৌনপুনিকতা মোটামুটি এই রকমই। মিঃ রহিম ব্যতিক্রম—বেশীর দিকে। ৮ বছর পর্যন্ত প্রতি রাতে ৪ বার। —অসাধারণ। কোটি কোটি পুরুষ সামর্থ্যে উকিল বন্ধু হতে বহু নীচে।

"শেষের দিকে স্ত্রীর ঋতু সংহারের পর থেকে বেপরোয়া উপভোগ করি। স্ত্রীর চরমপুলকলাভ প্রায়ই হয়। না হবার হলে উনিই আমাকে শেষ করতে বলেন।"

অত্যন্ত সঙ্গত ব্যবহার তাঁহার স্ত্রীর। পুরুষকে খামাখা খাটাইয়া লাভ কি ? তাঁহারা ত তাড়াতাড়িও শেষ করিতে পারেন।

"২/৪ বছর হল অর্থাৎ ৭০-এর পর মাঝে মাঝে শারীরিক, মানসিক অবসাদজনিত লিঙ্গোত্থানে সামান্য ঢিলা পড়ে। ২ ৩ দিন সেক্সটোন মালিস ও হরমো ট্যাব্‌স বড়ি ব্যবহার করলে আবার যথেষ্ট ক্ষমতা ফিরে পাই। মিলনসুখ মানুষের নিতান্ত ন্যায্য উপভোগ্য। আপনার বইয়ে এর পুরো সন্ধান দিয়ে ও ন্যায্য উৎসাহ দিয়ে অন্তত আমাদের দাম্পত্য-জীবনকে সাফল্যমণ্ডিত মনে করবার হেতু দিয়েছেন।"

বন্ধু উকিলকে ধন্যবাদ। আরও বহুলোকের উপকার হয় ইহাই কামনা করি।

"একটি আবিষ্কার! স্ত্রীকে চরমপুলকলাভ করতে কেচ্ছাকাহিনী ও শৃঙ্গারের সদ্ব্যবহার করতে হত বহুক্ষণ মিলন চালিয়ে গিয়ে। হঠাৎ একদিন পার্শ্ব বিহারে (নিজে কাত, স্ত্রী চিং, মাথা স্ত্রীর মাথা থেকে দূরে, এক পা স্ত্রীর দু'পায়ের মধ্যে, স্ত্রীর এক পা আমার দেহের ওপরে) উভয়ই মেহনত থেকে রেহাই পেলুম। ধীরে ধীরে, ইচ্ছামত সক্রিয় হতে উভয়ই পারলুম। আমার ডানহাত তার স্তন ও বাম হাত ভগাঙ্কুর—ভেস্টিবিউল ব্যবহারের জন্য মুক্ত। তার হাত দু'খানাও মুক্ত আমার দেহে সঞ্চালনের জন্য। অতি অনায়াসে স্ত্রীর হল চরমপুলকলাভ—আমারও! এই আবিষ্কারের পর থেকে বৃদ্ধ বয়সে এ আসনই অবলম্বন করি বেশীর ভাগে।"

এইটি ১৫৬ পৃষ্ঠায় বর্ণিত (১) আসন।

"অন্য সব শুধু বৈচিত্র্যের জন্য মাঝে মাঝে। আপনার পাঠক-পাঠিকাদের অবহিত করুন।"

বাস্তবিকই ত! ভদ্রলোক এক সহজ পন্থার সন্ধান দিয়াছেন। ঐ আসন সম্পর্কে মূল বইতে আমিও উৎসাহ দিয়াছি।

এই প্রসঙ্গে আমার প্রৌঢ় এক (৫০) ও বৃদ্ধ (৭৫৷ বন্ধুর উক্তি ১৮ অধ্যায় দেখুন। অঙ্গের সাময়িক শৈথিল্য স্বাভাবিক, তবে প্রতিকারও সম্ভবপর।

বার্ধক্যে আগের মত উত্তেজনার সঙ্গে সঙ্গে অঙ্গোত্থান হয় না। তখন শেষ রাত্রে স্বতঃস্ফূর্ত-লিঙ্গোত্থানের সুযোগ লইতে হয়।

২৭। আপনার আপনার সাথীর মতে কোন্ কোন্ অবস্থায় মিলন নিষিদ্ধ ও কোন্ কোন্ অবস্থায় অপ্রশস্ত? কি কি কারণে? ঐ সব অবস্থা পালন করেন কি?

ঋতুকালে, গর্ভাবস্থায়, প্রসবের পরে, রুগ্ন শরীরে বা অন্য কোনও বাধা থাকিলেও সহবাস বা অন্যভাবে দেহভোগ করেন কি? কি কি ভাবে?

দিবাভাগে মিলন শুভাশুভ দিন, রাত্রি, ক্ষণ বা তিথি ইত্যাদি পালন, একত্র বা ভিন্ন বিছানা বা ভিন্ন কামরায় শয়ন প্রভৃতি সম্পর্কে আপনাদের মতামত কি? আপনারা নিজেরা কোন্টা পছন্দ ও অবলম্বন করেন? উহাতে কি সুবিধা-অসুবিধা ভোগ করেন?

মিঃ দত্ত ঃ যখন কোনও পক্ষের অনিচ্ছা, অসুস্থতা বা রতিজ রোগ থাকে তখন আমাদের মতে মিলন অপ্রশস্ত। এই অনুসারে চলি।

ঋতুকালে সহবাস করিয়াছি, যখন স্রাব কম থাকে। সাধারণ ভাবেই। ফল মন্দ কিছু হয় নাই। স্ত্রীর উত্তেজনা কিছু হয়ই, নতুবা মিলন হইতই না। তাঁহার ইচ্ছা ও সম্মতি অবশ্যই ছিল।

প্রসবের পর রতিবিরতির কোন বাঁধাধরা নিয়ম নাই। উভয়ের ইচ্ছাই নিয়ামক। স্ত্রী রোগ-বিশেষজ্ঞ ডাঃ ড্যান্ ডি ভেলডি তাঁহার Ideal Marriage-এ বলেন, সুস্থ সবল দম্পতির পক্ষে দুই সপ্তাহের বিরতিই যথেষ্ট। আমারও তাই মনে হয়।

(৪/৫ সপ্তাহ পালনই প্রশস্ত।—গ্রন্থকার।)

স্ত্রীর বাসনা পূর্ববৎ ২/৩ সপ্তাহ পরেই হয়। স্তন্যপান করানো প্রায় দুই বৎসর চলে।

(৯ মাসের পর স্তনে সার বস্তুর অভাব হয়। তখন হইতে দুধ ছাড়াইতে চেষ্টা করা উচিত।—গ্রন্থকার।)

একবার দুই সপ্তাহ পরে কিংবা তাহার আগেই হইয়াছিল। কোনও কুফল হয় নাই !

(এইরূপ ব্যস্ততা পরিহার্য। কুফল হইবারই সম্ভাবনা বেশী।—গ্রন্থকার।)

গর্ভাবস্থায় বিরত থাকি না। স্ত্রীর অসুবিধা হয় না। স্ত্রীর বাসনার তারতম্য লক্ষ্য করি নাই। শেষের দিকে কষ্টের জন্য স্বভাবতই কম হয়। পেট বড় হইলে (ক) পাশাপাশি, (খ) পিছন হইতে অথবা (গ) চিৎভাবে শোওয়া স্ত্রীর দিকে মুখ করিয়া, কাতভাবে, তাঁহার নিতম্বের পরে, তাঁহার শরীরের সহিত সম[illegible] [illegible] right angles) অবস্থানে হইত।

অনেক বৎসর পরে পৌনঃপুনিকতার তালিকা দেওয়া অসম্ভব। মোটামুটি বলা যায় যে, শে[illegible] মাস ছাড়া অন্য সময়েরই মত, অর্থাৎ যুবাবস্থায় সপ্তাহে গড়ে তি[illegible]বার।

সুফল— আনন্দ ও প্রেম বৃদ্ধি। কুফল কিছুই না।

রুগ্ন শরীরে সম্ভোগ হইতে বিরত থাকি। অবশ্য সামান্য রোগ, বৈকল্য থাকিলে বিরত থাকি না।

ঋতুকালে, স্ত্রীর রুগ্ন শরীরে, প্রসবের কিছুকাল পরে বা অন্য কোনও বাধা থাকিলে সহবাসের পরিবর্তে অন্যভাবে দেহভোগ করি নাই। তবে অনেকে উরুর [illegible]কে নিজের বাসনা পূর্ণ করেন বলিয়া জানি।

দিবাভাগে মিলনে কোনও ক্ষতি নাই। নিজের সুবিধা ও ইচ্ছা হইলেই করি। অফিসের ছুটির দ্বিপ্রহরে প্রায়ই হইয়াছে। অসুবিধা কিছুই নাই। পরে নিদ্রা না গেলেও কোনও অবসাদ বোধ হয় নাই। সুবিধা পরস্পরকে ভালভাবে দেখা ও উপভোগ করায় আনন্দবৃদ্ধি।

দিন, ক্ষণ দেখিয়া কাজ করা স্বাধীন চিন্তা ও বিচারবুদ্ধিহীন সংস্কার, আচার, প্রথা, তথা ভ্রান্ত ফলিত জ্যোতিষের দাসদের পক্ষেই সম্ভব। আমি ঐ দলের নই। আপনার পুস্তকগুলি পড়িয়া অনেকেই এইরূপ দাসত্ব হইতে মুক্ত হইবেন এই আশায় আপনাকে অভিনন্দন করিতেছি।

(আমি সাক্ষীর নিকট কৃতজ্ঞ। কুসংস্কার যে মানবজাতির কত বড় অংশকে পঙ্গু করিয়া রাখিয়াছে তাহা ভাবিয়া দুঃখিত হই। আমার 'Farewell to Blooashed', 'Farewell to Fanaticism', 'Farewell to Superstitions' এবং 'মানব মনের আজাদি', 'মিলন সংঘ' ও 'কাজের কথা' পুস্তকগুলিতে মুক্তবুদ্ধি ও যুক্তিবাদের পূর্ণ আলোচনা করা হইয়াছে।)

এক বিছানায় শোওয়া প্রেম বজায় রাখে ও বৃদ্ধি করে। তবে তাহার ফলে অবশ্যই

সহবাস সমধিক হইবে। যদি উভয়ে সুস্থ ও সবল থাকেন ও উহার ফলে অবসাদ বোধ না করেন, পুরুষাঙ্গের উত্থান ও দৃঢ়তা ঠিকমত হয়, তবে বৃদ্ধ বা বিড়াল-তপস্বীদের মতে (যাঁহারা নিজেরা সাধ্যমত উপভোগ করিয়া লইয়াছেন কিংবা করিয়া থাকেন এবং হয়ত অবিবেচনার ফলে বাড়াবাড়ি করিয়া ফেলিয়া ভুগিতেছেন) অত্যধিক হইলেও কোনও ক্ষতি হইবে না। নিজেরা একত্রেই শুইতাম। ছেলেমেয়েরা বড় হওয়ায় ক্রমশ আলাদা ঘরে শোওয়া হইতেছে। আলাদা শোওয়ায় ক্রমশ পরস্পর হইতে মনোজগতেও দূরে সরিয়া যাইতে হয়।

(প্রধানত এই কারণেই আমি একত্র শয়নের পক্ষপাতী।—গ্রন্থকার।)

মিঃ কাজী: আমাদের মতে, ঋতুকালে ও রোগ অবস্থায়, খুব কষ্টের পর খাওয়ার পর মিলন অপ্রশস্ত। কেননা এ সময় সুন্দর লাগে না, শরীর খারাপ হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। আমরা এসব পালন করি।

ঋতুকালে কদাচিৎ সহবাস করেছি। সে জন্যে অনুভব করেছি, উনি নিষেধ করেননি বলে গাল দিয়েছি। উনি ব্যথা পেয়েছেন, ইচ্ছা সম্পূর্ণ পূরণ হয়নি। তাঁর চরমপুলক হয়েছে বলেছেন। আমার সন্দেহ আছে। জোরে হয়নি বলে। আমার এক ফুফু শাশুড়ীর সঙ্গে তার স্বামী ওসময়ে ব্যবহার করেছেন বলে আমার স্ত্রী জানিয়েছেন। প্রসবের পর কি করব জানি না। তবে ইসলামের নিয়মই মানতে প্রস্তুত বলে উভয়ে মনে করি। তবে স্ত্রী আমার ইচ্ছা অন্যভাবে মেটাবেন বলেন। যদিও এখনো কোনদিন স্ত্রী অঙ্গের অন্য কোথাও বীর্যপাত করিনি। বলেন, দেখা যাবে, ভয় কি? লোকের অভাব? আমার স্ত্রী অমানুষ, মায়াবিনী বলে মনে হয়। হিংসা তার আছে বলে মনে হয় না। শালীদের দিয়েও আমার সাধ মেটান। তার সাধনা তার পতিকে সুখী করা। আর আমার ইচ্ছা তাকে সুখী করি। তাই গান আর কবিতায় তাকে বেঁধে রাখি।

গর্ভাবস্থায় বিরত নই। তিন মাসে পড়েছে, সব সময় সহবাস চলে। একদিন তার তলপেটে কাংড়া মত হয়। স্ত্রী ৭ ৮ বার চরমপুলক পেলে তবে সেরে যায়। ওটা কি তা জানি না। আমার ভেদবমি হয় অধিক খাওয়ায় ও আমাশয়ে। তার পরদিনও দুপুরে বিপরীত বিহারে কাজ চলে ও শেষ হয়। রতি বাসনা পূর্বের মত ছিলো।

পৌনঃপুনিকতা:—দিনে একাধিকবার সহবাস করেছি (২ বা এর বেশী নয়)। রুগ্ন অবস্থায় রতি-বিরতির পর চরম বাসনা জাগে, এই থাকে স্বপ্নদোষ হয়।

ঋতুকালে, গর্ভাবস্থায়, রুগ্ন শরীরে অন্যভাবে স্ত্রীদেহ ভোগ করিনি। দিবাভাগের মিলনই প্রশস্ত, আমরা করি রাতের চেয়ে দিনে বেশী। রাত্রিতে হলে আলো জ্বালাতে হয় নতুবা স্ত্রীর মন উঠে না। তার চেয়ে দিনে সুবিধা, মুখ দেখা যায়, অঙ্গপ্রত্যঙ্গ দেখা সুন্দর লাগে, সবাই ইহা পরীক্ষা করে দেখতে পারেন। অসুবিধা মানুষের ভয়। শালীরা—তা ওদের না ডাকলে আমাদের বিশেষ অসুবিধা করে না।

তিথি, লগ্ন শুভাশুভের বালাই আগে ছিলো না বলেই প্রথম বাসর রাতে অমাবস্যায় রতিক্রিয়া করেছিলাম। এ পুস্তক পাঠে সেটা প্রতিষ্ঠিত হলো।

মিঃ বাহিম: ঋতুকালে সাধারণভাবে বিরতি থাকে। অনেক সময়ে ব্যতিক্রমও হয়েছে। পরে যখন বুঝেছি ওটাই সবচেয়ে নিরাপদ সময়, তখন ঐ অবস্থায় হয়েছে এবং উভয়ই আরাম পেয়েছি। কোন কুফল দেখিনি। প্রসবের পর কিছুদিন দু উরুর মাঝে তৈল বা ক্রীম প্রয়োগে কখনও কখনও বীর্য স্খলন করেছি। গর্ভাবস্থায় হলেও মিলন চলেছে। দিবাভাগে-মিলন শ্রেয়তর মনে করি। সুযোগ হলে তার সদ্ব্যবহারও করি। শুভাশুভ তিথি ক্ষণ মানি না।

অদ্যাবধি ভিন্ন কামরায় বা ভিন্ন খাটে শুইনি। নেহাত কোন দুর্যোগ না হলে।

আপনার বইগুলো ঐসব কুসংস্কার অনেকাংশে দূর করেছে—নতুবা অনেকের দাম্পত্য জীবন অহেতুক তিক্ত হতে। এইজন্য লেখাপড়া শেখা দরকার ও বিশেষ করে যৌনবিজ্ঞানের বইগুলো প্রত্যেক যুবক-যুবতীর পড়া দরকার। তাতে সমাজে সুখ-শান্তি বৃদ্ধি পাবে। লোকে অহেতুক মনঃকষ্টে ভুগবে না। সমাজের এইসব কুসংস্কার দূর করার জন্য আপনি সাহস করে যে সব বই লিখেছেন তার জন্য আমরা আপনাকে অভিনন্দন জানাই।

শ্রীমতী মল্লিকা: আমার প্রথম স্বামীর মতে ঋতুকালে সহবাস একেবারেই নিষিদ্ধ। তিনি সেইজন্য কখনও ঋতুকালে সহবাস করেন নাই। অথচ প্রথম সহবাস তাঁহার সহিত ঋতুকালেই হয় তবে তখন তাঁহার পানোন্মত্ত অবস্থা। তাঁহার মতে গর্ভকালের শেষের দিকেও সহবাস করিতে নাই এবং আমার কোনও গর্ভকালেই প্রথম ৪।৫ মাস বাদে বাকী সময় সহবাস একেবারেই হইত না। আসল কথা, অবশ্য পরে বুঝেছি ঋতুস্রাব এবং গর্ভবতী নারীর চেহারা তাঁহার যৌনবাসনা উদ্রেকের প্রতিকূল।

নীচে উল্লিখিত অবস্থায় মিলন একেবারে নিষিদ্ধ না হইলেও অপ্রশস্ত মনে করি:

(১) ঋতুস্রাবকালীন।

(২) গর্ভাবস্থায়—(ক) স্ত্রীর অনিচ্ছা থাকিলেও, (খ) প্রথম তিনমাস ও (গ) ঋতুস্রাবের স্থলবর্তী সময়ে। শেষের দেড় মাসে ত একেবারে নিষিদ্ধ।

(৩) প্রসব বা গর্ভস্রাবের পর দেড় মাস ত নিষিদ্ধই, তৎপরবর্তী দুই সপ্তাহেও মিলনের পক্ষে অপ্রশস্ত মনে করি।

(৪) স্ত্রীর রতি বাসনার ভাঁটার সময় এবং স্বামীর খুব পরিশ্রান্ত অবস্থায়।

(৫) মিলনের পর উপযুক্ত বিশ্রাম লাভ করা সম্ভব হইবে না এরূপ সময়ে।

ডাঃ সেনের মতে:

(১) ঋতুকালে সহবাস অপ্রশস্ত, তবে সাবধানতার সহিত পরিচ্ছন্নতা বজায় রাখিয়া করিতে পারিলে একেবারে নিষিদ্ধ নহে। বিশেষত ইহাতে স্ত্রীর কাম-জোয়ার হইলে মিলন প্রয়োজন।

(২) গর্ভাবস্থায় প্রথম তিন মাস ও প্রতিমাসের ঋতুস্রাবের স্থলবর্তী সময়ে মিলন অপ্রশস্ত—এই সময়গুলিতে গর্ভপাতের আশঙ্কা সর্বাপেক্ষা অধিক থাকে বলিয়া। শেষের এক দেড় মাস একেবারেই নিষিদ্ধ। কারণ, এই সময়ে সহবাস হইলে প্রসবকালে সংক্রমণের আশঙ্কা থাকে। গর্ভাবস্থায় অন্য সময়ে সহবাসেও স্ত্রীর ইচ্ছাকেই প্রাধান্য দিতে হইবে।

(৩) প্রসব বা গর্ভপাতের পর একমাস সহবাস একেবারেই নিষিদ্ধ।

(৪) জরায়ু বা যোনিদ্বার ও যোনিপথ সংক্রান্ত কোন অপারেশনের পরে ডাক্তারের অনুমতি ছাড়া সহবাস করিতে নাই।

ডাঃ সেনের মতই আমাদের মত। মোটামুটি এই সকল কথাই সত্য। পুস্তকে আলোচনা দেখুন।—গ্রন্থকার।)

বর্তমান স্বামী ডাঃ সেনের সহিত ২/৩ বার ঋতুকালে সহবাস হইয়াছে। কিছুক্ষণ গল্পগুজব ও আদর-সোহাগের পর তিনি মিলনেচ্ছা প্রকাশ করেন, আমি তাঁহার সে ইচ্ছা অপূর্ণ রাখি নাই। এই সময় আমার উত্তেজনা হইত না। কিন্তু তিনি শৃঙ্গার প্রয়োগে আমাকে উত্তেজিতা করিয়া লইতেন। এই সময়ে প্রতিবারই এই আসন অবলম্বিত হইয়াছে —আমি উঁচু বালিশে মাথা রাখিয়া নীচু খাটের কিনারে নিতম্ব এবং মাটিতে পা রাখিয়া অর্ধশায়িত অবস্থায় থাকিতাম, তিনি নিচু হইয়া দণ্ডায়মান থাকিতেন। প্রচুর শৃঙ্গার প্রযোগ চলিত, আমার একাধিক চরমানন্দলাভে কখনও বাধা ঘটিত না। মিলনের পূর্বে ও পরে উভয়ের অঙ্গ বিশেষভাবে পরিষ্কৃত করিয়া লওয়া হইত। ঋতুমধ্যে সহবাসের ফলে কোনও ক্ষতি হয় নাই।

পরিচিত পরিচিতাদের মধ্যে অনেকেরই এই সময় সহবাসে ক্ষতি হয় ধারণা থাকায়, ঋতুকালে সহবাস হয় না। এক ডাক্তারের স্ত্রীর ও পরিচিত ভদ্রমহিলার ঋতুকালে স্বামী-সহবাস চলে। তাঁহাদের কাহারও ইহার ফলে কোনও ক্ষতি হয় নাই।

আমার প্রসবের পর সাধারণত দুই হইতে চারিমাস রতি-বিরতি থাকিত। আমার অসুস্থতা, স্বামীর প্রবাস বা অন্য কোনও কারণে এই বিরতি বাধ্যতামূলক হইয়াছে, নচেৎ সুবিধা ও সুযোগ হইলে পূর্ব স্বামী এত দীর্ঘবিরতি রাখিতে দিতেন কি না সন্দেহ। প্রথম সন্তান জন্মের পর একমাস যাইতে না যাইতেই পুনরায় সহবাস শুরু হয়।

প্রসবের পর মাতার স্বাস্থ্যোন্নতি এবং জননযন্ত্রসমূহের স্বাভাবিক অবস্থা প্রাপ্তির জন্য যথেষ্ট বিশ্রাম প্রয়োজন।

আমার গর্ভাবস্থায় ৪/৫ মাস বাদে বাকী সময় সম্পূর্ণ বিরতি থাকিত।

এই ৪/৫ মাস বাদে অন্য সময় আমি নানারূপ শারীরিক অসুবিধা বোধ করিতাম, যৌনবাসনা মোটেই থাকিত না। সৌভাগ্যক্রমে স্বামীও এই সময় আমার প্রতি যৌন-আকর্ষণ মোটেই অনুভব করিতেন না।

আমার বা প্রথম স্বামীর রুগ্ন শরীরে কখনও মিলন হয় নাই। দুজনেরই একজন রুগ্ন হইলেই সম্পূর্ণ বিরতি থাকিত।

ঋতুকালে, গর্ভাবস্থায়, প্রসবের পরে, রুগ্ন শরীরে বা অন্য কোনও বাধা থাকিবার জন্য যে স্থলে আমাদের সহবাস-বিরতি থাকিয়াছে সে স্থলে অন্য কোনও ভাবে দেহভোগ করা হয় নাই।

(উদ্দীপিত স্বামীকে অন্যভাবে দেহভোগের সুযোগদান, এমনকি আমন্ত্রণ করা সদ্বিবেচনার কাজ। —গ্রন্থকার।)

পরিচিতা এক ভদ্রমহিলার বিবৃতি—"প্রথম ছেলের জন্মের ৯ দিন পর একদিন দুপুরে দেখি উনি আঁতুড়ঘরের বাইরে ঘুরঘুর করছেন। ওঁকে কাছে ডেকে কারণ জিজ্ঞাসা করাতে উনি বললেন যে, ওঁর খুব ইচ্ছা করছে, থাকতে পারছেন না কিছুতেই। কাছে বসিয়ে আদর-সোহাগ চলতে চলতে ভাবতে লাগলাম, সত্যিই ত প্রসবের আগের রাত্রেও আমাদের হয়েছে, এতদিন না করে উনি থাকবেন কি করে! মনে মনে মতলব স্থির করে ওঁকে জানালাম, উনি তাতে রাজী হলেন।—মতলব মত কাজও হল—হাত মুখ ব্যবহারে তাঁর তৃপ্তিসাধন করলাম। উনি ত খুব খুশী, এইভাবে তৃপ্তি পাবেন ভাবতেও পারেননি।"

ভদ্রমহিলা আরও বলিয়াছেন যে তদবধি তাঁহাদের কোনও কারণে পূর্ণ-সহবাসের কোনও বাধা থাকিলে পরস্পরের প্রয়োজন অনুযায়ী পরস্পর পরস্পরকে অন্যভাবে দেহভোগ করিতে দিয়া তৃপ্ত করেন। তিনি স্বামীকে উপরে বর্ণিত প্রক্রিয়া ছাড়াও দুই স্তনের মধ্যবর্তী খাঁজে (দুই হাত দিয়া দুই ধার হইতে নিজ স্তন ভিতর দিকে ঠেলিয়া ধরিয়া) স্খলন করাইয়া তৃপ্তিলাভের সুযোগ দেন। স্বামীও স্তন ও স্তনবৃন্ত চোষণ প্রভৃতির সহিত অঙ্গুলী দ্বারা অথবা অন্যভাবে ভগাঙ্কুর উদ্দীপিত করিয়া তাহার চরমানন্দ আনয়ন করেন।

(এই দম্পতি সদ্বিবেচক।—গ্রন্থকার।)

দিবাভাগে মিলন স্বাভাবিক বলিয়াই মনে করি। আমার দিবাভাগে স্বামী-সহবাস অনেক হইয়াছে। ডাঃ সেনের সহিত বহুবার দিবাভাগেই মিলন হইয়াছে। রাত্রি অপেক্ষা দিনের বেলা আমার নিকট অনেক বেশী পুলকপ্রদ বোধ হয়।* যদি মিলনের পর কিছুক্ষণ বিশ্রাম লইবার সময় পাওয়া যায় তাহা হইলে সকলের পক্ষেই রাত্রি অপেক্ষা দিনের বেলা মিলনই ভাল মনে করি।

শুভাশুভ দিন, রাত্রি, ক্ষণ, তিথি প্রভৃতি পালন করিয়া সহবাস করি না।

অশিক্ষিত ও অল্পশিক্ষিত অনেকেই এবং উচ্চশিক্ষিত ধর্মভাবপরায়ণ কেহ কেহ এইসব মানে না। ঐরূপ মানা অনর্থক। আপনার পুস্তকগুলি এই সকল কুসংস্কার দূরীভূত করিবে বলিয়া আপনাদের অভিনন্দন করি।

স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে প্রকৃত প্রেম থাকিলে স্বতন্ত্র শয়নের কোনও কথাই উঠিতে পারে

* অনেক নারী-পুরুষের নিকটই এই মতের সমর্থন পাইয়াছি। —ডাক্তার।

না, সর্ব-অবস্থাতেই একত্র শয়ন বাঞ্ছনীয় মনে করি। আর স্বামী যদি অবিবেচক, হৃদয়হীন ও অসংযমী হন তাহা হইলে স্বতন্ত্র শয্যায় কেন স্বতন্ত্র কক্ষে শুইলেই কি নিস্তার আছে? (১৯ নং প্রশ্নের উত্তর দেখুন।) স্বতন্ত্র কক্ষেই বা বলি কেন, বাপের বাড়ি গিয়াও যে অনেক সময় নিস্তার পাওয়া যায় না তাহা এই ঘটনাটি হইতেই বুঝা যাইবে—

৭ মাসের গর্ভবতী একটি মেয়ে (১৮) রক্তস্রাবের জন্য হাসপাতালে আসে। তাহাকে ভর্তি করিয়া লওয়া হয় এবং কয়েকদিন চিকিৎসার পর রক্তস্রাব বন্ধ হইলে, সাবধানে থাকিবার উপদেশ দিয়া ও স্বামী-সহবাস একেবারে নিষিদ্ধ বলিয়া হাসপাতাল হইতে ছাড়িয়া দেওয়া হয়। ১০/১২ দিন পর মেয়েটি আবার ঐ রক্তস্রাবের জন্যই আসে। প্রশ্ন করিয়া জানা গেল যে, তাহার নিষেধ সত্ত্বেও তাহার স্বামী তাহার সহিত সংসর্গ করে এবং সেই হইতেই পুনরায় রক্তস্রাব আরম্ভ হইয়াছে। এবারও চিকিৎসার পর তাহাকে বিশেষভাবে সাবধান করিয়া এবং বাড়ির লোককেও (স্বামীকে অবশ্য পাওয়া যায় নাই) সব কথা বলিয়া দেওয়া হয়। কয়েক দিন পরে মেয়েটি তৃতীয়বার হাসপাতালে আসিল ঐরূপ রক্তস্রাবের জন্য! এবারেও স্বামী-সহবাসের ফলেই রক্তস্রাব আরম্ভ হইয়াছে জানিতে পারিয়া ডাক্তার ও নার্সগণ তাহার অনুপস্থিত স্বামীর উদ্দেশে কটুবাক্য প্রয়োগ আরম্ভ করিলেন। আমি (তখন অবিবাহিতা) তাহাকে বলিলাম, "স্বামী যখন কিছুতেই ছাড়ে না তখন বাপের বাড়ি চলে গেলেই পার।" সে কাঁদিতে কাঁদিতে বলিল, "দিদি, বিয়ে ত হয়নি, বুঝবেন কি করে। বাপের বাড়ি গিয়েছিলাম। কয়েকদিন পরেই স্বামী সেখানে গিয়ে হাজির। তাও বাপ-মা আলাদা ঘরে শুতে দিয়েছিলেন। রাত্রে আমার ঘরের দরজার কাছে এসে দরজা খুলবার জন্য কি যে আরম্ভ করল, কিছুতেই যখন দরজা খুলছি না, তখন গলায় দড়ি দেবে, বিষ খাবে, এই ভয় দেখাতে আরম্ভ করল। বাধ্য হয়ে দরজা খুলে দিয়ে কত তার পায়ে ধরলাম, কত কাঁদলাম, কিন্তু কি আর বলব দিদি, জোর করেই···। শেষরাত্রি থেকেই রক্তস্রাব আরম্ভ হল। স্বামী জানতে পেরে ভোরে উঠেই পালালেন। মাকে বললাম! তারপর ১৮ মাইল গরুর গাড়িতে করে এই এসে পৌঁছেছি। দিদি, এবার আমাকে আর ছুটি দেবেন না, তাহলে মরেই যাব।" সেবার ডাক্তারবাবুরা দয়াপরবশ হইয়া প্রসব না হওয়া পর্যন্ত তাহার হাসপাতালেই থাকিবার ব্যবস্থা করেন!*

২৮। প্রথম প্রথম মিলন, সাবধানতা, আরম্ভ ও অগ্রসর, প্রেমক্রীড়া-সতীচ্ছদের হাঙ্গামা, ব্যথা দেওয়া-পাওয়া, জন্মনিয়ন্ত্রণের ব্যবস্থা, পরিমাণ ও ব্যবধান, আচরণের ফলাফল, রতিবাসনার জোয়ার-ভাঁটা, চরমপুলকলাভ, সংযমের সুফল ইত্যাদি সম্বন্ধে আপনাদের মতামত ও অভিজ্ঞতা বিস্তারিত লিখুন।

---

* অবিবেচক পশুপ্রকৃতি এই স্বামীটি যৌনবিজ্ঞানে জ্ঞানী হইলে অন্তত অন্যবিধ দেহোপভোগে নিজের তৃপ্তিসাধন করিতে পারিত। স্ত্রীর জানা থাকিলে সেও যাতনা হইতে রেহাই পাইত।—গ্রন্থকার

মিঃ দত্ত : প্রথম প্রথম মিলনে সাবধানতার প্রয়োজন সাধারণ বুদ্ধি ও সহৃদয়তার দিক হইতে বুঝিতাম। স্ত্রীর সহিত প্রথম সম্ভাষণ কিভাবে আরম্ভ ও অগ্রসর হইয়াছিল মনে নাই। প্রথম দিন দৈহিক মিলন হয় নাই। স্ত্রীর বয়স তখন ১২-র কম এবং তখনও ঋতু বা স্তনোদ্গমও হয় নাই। কিছুদিন পরে অঙ্গ স্পর্শনে বাধা দিতেন ; আরও পরে, অঙ্গসংস্থাপনের চেষ্টা করায় ব্যথা পাওয়ার অনুযোগ করিতেন।

প্রথম পূর্ণ মিলন কবে হইল মনে নাই। সম্ভবত ৪/৫ মাস পরে আদ্য ঋতু হইবার পর। প্রথম চারিবারের কথা মনে নাই। মনোভাব—এক পক্ষে আগ্রহ, অপর পক্ষে ভয়। অনেক দিন হইতে চেষ্টার ফলে পূর্ণ মিলনের দিন বেশী বেগ পাইতে হয় নাই। রক্তপাতের পরিমাণ জানি না। সম্ভবত সামান্য। ব্যথা বিশেষ হয় নাই। কোনও পিচ্ছিল পদার্থ ব্যবহার করা হয় নাই।

গর্ভনিবারণের ব্যবস্থা করা হয় নাই। ধোওয়া ছাড়া আর কিছু জানা ছিল না। আমার বেলাতে ধোওয়া আরম্ভ হয় ; একবারই ধোওয়া হইত।

অঙ্গে বেদনাবোধ কতদিন ছিল স্ত্রী বলেন নাই। (ঋতুর পূর্বে) পূর্ব পূর্ব বারে অসম্পূর্ণ কাজে স্ত্রীর বেদনাবোধ হইত। পরে তাহার তুলনায় আনন্দবোধ হইতে লাগিল।

মিলনের পরিমাণ ও ব্যবধান সম্বন্ধে বিশেষ কোনও ধারণা ছিল না। বিবাহের পর সপ্তাহে ৩/৪ দিন।

বিবাহিত জীবনের বিভিন্ন যুগে সঙ্গমের মাত্রা কিরূপ ছিল মনে নাই। তবে সম্ভবত আমার ৪০ বৎসর বয়স পর্যন্ত সপ্তাহে ৩/৪ দিন, পরে ২/৩ দিন। ৫০-এর পর সপ্তাহে একদিন। ৫৩/৫৪ হইতে আলাদা ঘরে শোওয়ায় আরও কম। স্ত্রীর ইচ্ছা হইলে আমার ঘরে আসিতেন—অধিকাংশ ছুটির দিন দ্বিপ্রহরে। সুবিধা হইলেই দিনে হইয়াছে। ২৪ ঘণ্টায় দুইবারের বেশী কখনও হয় নাই। এইরূপ (দুইবার) জীবনে ১২/১৩ দিনের বেশী হয় নাই। এইরূপ যৌনজীবনের ফল ভালই হইয়াছে। স্বাস্থ্য ও শক্তি বরাবরই ভাল আছে।

(এই সাক্ষীর দাম্পত্য ব্যবহার খুবই সংযত হইয়াছে। তাহার ফলও ভাল দাঁড়াইয়াছে ? অনেক নববিবাহিতা পুরুষই এই মাত্রা ডিঙাইয়া ফেলেন। পুস্তকে আলোচনা দেখুন।—গ্রন্থকার।)

কামের জোয়ার ভাঁটা আমার নাই। স্ত্রীর ঋতুর পর জোয়ার আসে বোধ হয়।

(সাধারণত ঋতুর অব্যবহিত পূর্বে ও পরে এবং কতক ক্ষেত্রে মধ্যে নারীর কামবাসনা উদ্দীপ্ত হয়।—গ্রন্থকার।)

প্রত্যেক সহবাসেই সাধারণত আমার চরমতৃপ্তিলাভ হয়। পুরুষদের এদিকে বিশেষ হাঙ্গামা নাই। নারীর বেলায় ব্যতিক্রম দেখা যায়।

আমাদের চরমতৃপ্তিলাভ সম্বন্ধে বিস্তৃত বিবরণ ২৬নং প্রশ্নের উত্তরে দিয়াছি।

মিলনে বাড়াবাড়ি হইতেছে কখনও মনে করি নাই।

(একটু আগে উল্লিখিত উত্তরেই একথা বেশ বুঝা যায়, এই বিষয়ে সাক্ষী আদর্শ পুরুষ।—গ্রন্থকার।)

সংযমের সুফল—দীর্ঘকাল রতিশক্তি বজায় থাকা, স্বাস্থ্য ও শক্তি নষ্ট না হওয়া, স্ত্রীর মধ্যে অত্যধিক ক্ষুধা ও প্রত্যাশা না জাগানো এবং পরস্পরের প্রতি টান বজায় থাকা।

আমার মতে, সাধারণ সুস্থ ও সবল নরনারীর পক্ষে ৩০ বৎসর অবধি সপ্তাহে ৪/৫ দিন, ৩১—৪০ অবধি ৩ দিন, ৪১—৫০ অবধি ২ দিন, ৫১—৫৫ অবধি ১ দিন, ৫৬—৬০ অবধি মাসে ২ দিন, ৬১—৬৫ অবধি ইচ্ছা ও ক্ষমতা (সবল লিঙ্গোত্থান) বোধ হইলে মাসে ১ দিন।

(গ্রন্থকার এই পরামর্শ সংযমেরই অনুকূল মনে করেন। কিঞ্চিৎ এদিক-ওদিক হাওয়া স্বাভাবিক। উহাতে আশঙ্কার কারণ নাই। -গ্রন্থকার।)

মিঃ কাঙ্গী ঃ মিলনের প্রথম অবস্থায় সাবধানতা ··· প্রয়োজন। এখান হতেই বিশ্বাসের জন্ম হয়। বিয়ের তিনদিন পরে এক রাত্রে ত··· পেট ব্যথা করে। শ্বশুর-শাশুড়ি ওকে মালিস দিয়ে পাঠিয়ে দেন। ও এসে দাঁড়ায়, আমি বসতে বলি ও বুকে হাত দিতে বলি, ওর নাম ধরে ডাকি। ও বসে ও আমার বুকে হাত দেয়। ওকে বুকে টেনে চুম্বন করি ও পাশে শুতে বলি, কিন্তু তখন ওর ঋতুস্রাব হচ্ছিলো। আমি ওকে আশ্বাস দিলাম, বিশ্বাস করতে বললাম। ও তাই করলো। তার পরের রাত্রিতে ও আবার আমার কাছে থাকে। তখনও ঋতুস্রাব চলছে। সে রাত্রি আমি সুস্থ। কতখানি ভালবাসতাম ও বাসি তা সব বললাম। পরের রাতে কাজে প্রবৃত্ত হই। ওর ব্যথা লাগে বলে। আমার ধৈর্যের এবং ওর খুব সহযোগিতার জন্য কাজ শেষ হয়। এর পরের বারও ব্যথা লেগেছে। পরের রাতেও দু'বার হয়েছে এবং প্রতি রাতে দু'বার হবে ধার্য হয়। তখন চরমপুলকের কথা ও জানত না এবং আমিও জানতাম না। ওটা জেনেছি আপনার পুস্তকের দৌলতে। ১৫, ২২, ২৫, ৩৫ মিনিট—এই ছিলো প্রথম চারবারের সময়। ঘড়ি হাতে ছিল। তারপর হতে চরমপুলক জানি। ও জানতে পারে, জিজ্ঞাসা করে ও নিজ অভিজ্ঞতায়।

মিলন প্রত্যহ হওয়া ভালো। দিন রাত্রি ২ বার, ইহা সঙ্গত, যদিও নব বিবাহিত হয়ে দিন রাতে ৪ বারও করেছি। ১ম রাত ২ বার, ১ম ১০ দিনে ১৯ বার। দিবাভাগে উভয়ের সখ মেটে। ২৪ ঘণ্টায় বেশী ৪ বার। কোন অসুবিধা হয়নি।

রতি বাসনার জোয়ার-ভাঁটা হয় নারীর। আমার হয় বলে মনে হয় না। আমি ওর কাছে গেলে বা সুযোগ পেলে ইচ্ছা হয়। আমি জীবনে ১২ ঘণ্টায় ৭ বার বীর্যপাত করেছি—নারী দিয়ে নয়। দুই ঋতুর মধ্যে স্ত্রীর বাসনা চরমে ওঠে।

প্রত্যেক বারের সহবাসে এ পর্যন্ত চরমপুলক আমার হয় বা হয়েছে। মাঝে মধ্যে

বিশেষ অসুবিধায় বিরত হই, তাতে আমার তলপেট ব্যথা করে। আমার স্ত্রীর চরমপুলক নিম্নে এ যাবৎ তিনবার ও উর্ধ্বে ২০ বার হয়েছে। এখন শরীর শুকনো লাগে দেখতে। এটা মনে হয় অধিক পুলকের কুফল।

(ইহা সম্ভব কিন্তু নিতান্তই অসাধারণ।— গ্রন্থকার।)

মিলনে বাড়াবাড়ি হয়েছে বলে মনে করি না। সংযমে যথেষ্ট সুফল হয়েছে। সংযমে উভয়ে সুখী হওয়া যায়। মাঝে মাঝে বিরতি দিই তবে বেশী দিন নয়। আমার মতে ৩ দিন পরে ২ দিন ফাঁক দেওয়া সর্বতোভাবে ন্যায়সংগত ও স্বাস্থ্যের পক্ষে খুব উপকারী হবে। বিরতি দিয়ে উপভোগেই ত চরম আনন্দ। প্রথম প্রথম সম্ভব নয়, তবুও কষ্ট স্বীকার করলে সুফল সুনিশ্চিত, আমি ত তাই করব। আমাদের ইচ্ছা আমাদের যৌন-জীবনকে দীর্ঘস্থায়ী করব, যদিও এখনও বেপরোয়া।

মিঃ আহাদ : আমার বৃদ্ধ বাবা (৮৬) আমার মাত্র ১১ বৎসর বয়সে আমাকে ৪ বৎসরের একটি মেয়েকে বিবাহ করান। ১৬ নং উত্তরে বিবরণ দেখুন।

মেয়েটি বহু বৎসর পর্যন্ত অপরিণত থাকে। ধরা-ছোঁয়ার বাহিরেই সে বাড়িতে থাকে। এই দীর্ঘ সময়ে প্রবৃত্তির তাড়নায় ও অপরদের প্ররোচনায় নানাভাবে কামবাসনা পূর্ণ করিতে বাধ্য হই।

প্রায় ২১/২২ বৎসর বয়সে আমি ঢাকা কলেজে পড়িতে থাকি। ছুটিতে ছুটিতে বাড়ি যাই। তখনও আমার বালবধূ সংসর্গের অযোগ্যা। ১৪/১৫ বৎসর বয়সেও তাঁহার স্তনোদ্গম পর্যন্ত হয় নাই। সবাই আমাকে আর একটি বয়স্থা মেয়েকে বিবাহ করিতে বলে। আমিও মনে মনে ওর প্রতি বিতৃষ্ণা বোধ করিতে থাকি।

একবার গ্রীষ্মের ছুটিতে বাড়ি যাই। আমাকে স্কুলের মাস্টার আমার মনের অবস্থা বুঝিয়া সান্ত্বনা দেন। বলেন, "আমার বিবিও ওরকম অপরিণত ছিল—তবুও সংসর্গ করে ওর দেহমনকে পরিণতির দিকে আগাইয়া দিই। আপনিও বলপ্রয়োগের দরকার হলেও করুন। স্বামীর স্পর্শ ও আদর-সোহাগে তার বাঁধ কেটে যাবে।"

স্ত্রীকে বলি, বুঝাই—ভয়ে হইলেও রাজী হয়। এক রকম কষ্ট দিয়াই সংসর্গ করি। রক্তপাত হয়। পরদিন ঢাকা পালাই।

সঙ্গে সঙ্গে ওর ঋতুস্রাব আরম্ভ হয়। তিনমাস পর গিয়া দেখি ও ইতিমধ্যে দেহ-সৌষ্ঠবে পূর্ণ যুবতী; দাম্পত্য মিলনে আর বাধা নাই। মনও তাহার আদর-যত্নে আকৃষ্ট হয়।

উহার পর তাহাকে সম্বল করিয়াই আমার যৌনজীবন ৭/৮ বৎসর পর্যন্ত সুখে কাটে। তাহার মৃত্যুর আগে এক ছেলে ও মেয়ে হয়।

(এই ক্ষেত্রে ইনি সফল হইলেন বলিয়া যেন অপরেরা প্ররোচিত না হন। গ্রামদেশেও একটা প্রবাদ আছে, 'বিয়ের পানি পেলেই মেয়েরা ধপ করে বাড়তে থাকে।' ইহা আংশিক

সত্য বটে। তবে পূর্বাপর বিবেচনা করিয়া কারণ বুঝিয়া প্রতিকার করিতে হয়। অন্যথা জোরজুলুমে হিতে বিপরীত হইতে পারে।

এই প্রসঙ্গে একটি কেচ্ছা মনে পড়িল। লোকমান হাকিম নাকি খুব পারদর্শী চিকিৎসক ছিলেন। একবার কোথায় এক মোসাহেবসহ যাইতেছিলেন। রাস্তায় এক ব্যক্তি তাঁহাকে ডাকিয়া লইয়া গিয়া নিজের উটের ফোলা গলা দেখাইয়া ব্যবস্থা করিতে বলিল। তিনি চারিদিকে তরমুজের ক্ষেত দেখিয়া গলায় তরমুজ আটকাইয়া গিয়াছে বুঝিয়া বাহির হইতে মুগুর মারিয়া উটটাকে রেহাই দিলেন। মোসাহেব মনে মনে ভাবিল, একটা ভাল হিকমত শিখিলাম, কাজে লাগিবে।

কিছুদিন পর গ্রামের একটি লোকের গলা ফোলা দেখিয়া বলিল, এস, ব্যবস্থা করে দিই, হাকিম সাহেবের অব্যর্থ হিকমত।

তাহার গলায় হাতুড়ি মারিয়া প্রায় মারিয়া ফেলার উপক্রম করিলে হাকিম সাহেব খবর পাইয়া তাড়াতাড়ি আসিয়া না কি তাহাকে বাঁচান।

(রোগ বুঝিয়া ব্যবস্থা না করিলে এইরকম দশা হইতে পারে। —গ্রন্থকার।)

মিঃ রহিম ঃ প্রথম মিলনে উভয়ে আনাড়ী বলে যতটা আরাম পাওয়ার আশা ছিল তা পাওয়া যায়নি। লজ্জা নিবারণের জন্য বিজলী আলো নিভিয়ে দেওয়া হল। শিশ্নাগ্র একটা কিছুতে বাধা পাচ্ছে টের পেলাম ; একটু জোরে ঠেলায় স্ত্রী একটু ব্যথা পেলেন—অন্ধকারে তাও টের পেলাম। অনতিবিলম্বে কাজ শেষ হল। বিছানার বেশ কিছুটা রক্তে ভিজে গিয়েছে মনে হল। বুঝলাম, সতীচ্ছদ ফাটার জন্যই অমন হয়েছে। তাই জোর করলে স্ত্রী ব্যথা পেতে পারেন ; একবার ব্যথা পেলে ভয় পেতে পারেন, আনন্দ নষ্ট হতে পারে ইত্যাদি বিবেচনা করে সঙ্গম অতি সাবধানে করেছি। কখনও কখনও ঘন ঘন সঙ্গমে ও অতিরিক্ত ঘর্ষণে উভয়েরই অঙ্গ এত ব্যথা হত যে, উভয়ে প্রস্রাবকালে খুবই কষ্ট পেয়েছি। পরে আস্তে আস্তে ব্যথা চলে যায়।

প্রথম সঙ্গমে বা তার পরেও কিছুদিন জন্মনিয়ন্ত্রণের কোনও ব্যবস্থা গ্রহণ করিনি। অতিরিক্ত সঙ্গমের পর খুব বাড়াবাড়ি হচ্ছে বলে পরস্পর মত বিনিময় করেছি ; কিন্তু কমাতে পারিনি।

সম্পূর্ণ উলঙ্গ অবস্থায় সঙ্গমে এতটা অভ্যস্ত হয়ে গিয়েছি যে সামান্য কাপড়ও শরীরে রাখতে ভাল লাগে না। গোড়ার দিকে স্ত্রী মৃদু আপত্তি করতেন, বলতেন কেউ ডাকলে বাইরে যেতে দেরী হয়ে যাবে। এখনও মাঝে মাঝে আপত্তি করেন। পৌনঃপুনিকতার কথা ইতিপূর্বে বলেছি।

(২৪ নং উত্তরে দেখুন। ইনি অসাধারণ। —গ্রন্থকার।)

শ্রীমতী মল্লিকা ঃ প্রথম প্রথম মিলনে যে সাবধানতার প্রয়োজন আছে প্রথম মিলনের অভিজ্ঞতা লাভের পূর্বে এই সম্বন্ধে কোনও ধারণা ছিল না। আমার প্রথম

মিলন স্বামী (তখনও আমাদের বিবাহ হয় নাই) কর্তৃক ধর্ষণ ভিন্ন কিছুই নহে। পানোন্মত্ত অবস্থায় আসিয়া একবারে ঋতুস্রাবের মধ্যে আমাকে বলাৎকার করেন। বাধা দিবার চেষ্টা করিয়াও সফলকাম হইতে পারি নাই। তখন আমার ১৯ বৎসর বয়স, সতীচ্ছদ বর্তমান। ঐ ধর্ষণের ফলেই সতীচ্ছদ ছিন্ন হয়। প্রথম কিছুক্ষণ অবর্ণনীয় কষ্ট ও বেদনা পাইয়াছিলাম। এইরূপ মনের ভাব হয় যে, কুমারীধর্ম যিনি হরণ করিলেন, পরে তিনি যাহাই হউক না কেন তাঁহার সহিতই বিবাহিতা হইতে হইবে নচেৎ ধর্মে পতিতা হইয়া বাঁচা অপেক্ষা আত্মহত্যাই শ্রেয়। কয়েকদিন পরে তিনি পুনরায় আসেন এবং প্রথমেই তাঁহার আচরণের জন্য ক্ষমা প্রার্থনা করিয়া, নিজ হইতে বিবাহের প্রস্তাব করিয়া এবং আরও অনেক রকমে আমার মনের গ্লানি ঘুচাইয়া দেন। সে রাত্রে পর পর ৪ বার মিলন হয়। প্রথমবারে অনেকক্ষণ গল্পগুজব, আদর-সোহাগ ও শৃঙ্গারাদির পর আঙ্গিক মিলন সংঘটিত হয়—সামান্য বেদনা বোধ করিয়াছিলাম। দ্বিতীয় ও তৃতীয় বারে কোন বেদনা বা কষ্ট বোধও হয় নাই, কোনও আনন্দও হয় নাই। চতুর্থবারে সামান্য পুলক-বোধ হইয়াছিল।

+পূর্ব বিবরণীর জন্য প্রথম খণ্ডের প্রশ্নমালার উত্তর দ্রষ্টব্য। —ডাক্তার।

উনি ৩ ৪ দিন পর পর আমার নিকট আসিতেন এবং যে রাত্রই আসিতেন একাধিক মিলন হইত। ইহার পর গর্ভসঞ্চার বুঝিতে পারি। গর্ভসঞ্চার বুঝিবার পর হইতে বিবাহ পর্যন্ত অত্যন্ত উৎকণ্ঠা ও মানসিক অশান্তির মধ্যে একমাস পার হয় (কারণ উনি কাটিয়া পড়িবার তালে ছিলেন)। এই মাসে (চতুর্থ মাস) মাত্র দুইদিন সঙ্গম হইয়াছিল, বিবাহের স্থান ও সময় কয়েকজন মান্যগণ্য ভদ্রলোকের মধ্যস্থতায় সঠিকভাবে স্থির হইবার পর, বিবাহের ঠিক আগের দুইদিন।

বিবাহের পর একত্র হইলেই প্রতিদিন এক বা একাধিকবার সহবাস হইত।

বিবাহের ৩য় বৎসরের মিলনের পরিমাণ গড়পড়তায় সপ্তাহে একবার, পরে দুই সপ্তাহে একবার (স্বামী প্রায়ই বিদেশে থাকিতেন, যে কয়দিন কাছে থাকিতেন তখনও যে প্রত্যহ হইত তাহাও নহে)। চতুর্থ বৎসর হইতে আরও কমিতে কমিতে শেষের দিকে এক মাস দেড় মাস পর পর একবার হইত। স্বামীর কেবলমাত্র আমার সহিত মিলনের পরিমাণ ও ব্যবধানের বিবরণই দেওয়া হইল, বাহিরে তিনি যাহা করিতেন তাহার পরিমাণ ও ব্যবধান আমার পক্ষে বলা সম্ভবপর নহে। বহু নারীই তিনি উপভোগ করিতেন।

দিবাভাগে মিলন প্রায়ই হইয়াছে। ইহার ফলে শরীরের কোনও ক্ষতি হয় নাই, ক্রিয়া উপভোগ করিয়াছি, চরমপুলকলাভ সহজ হইয়াছে।

পরিচিতা একজন মাত্র মহিলারই এরূপ বিবরণ দিতে পারিব। এই ভদ্রমহিলার ফুলশয্যার রাত্রে প্রথম স্বামী-সহবাস হয় (বেদনাবোধ হইয়াছিল, স্বামীর ত্বরিৎ স্খলন হয়, সতীচ্ছদ ছিন্ন হয় নাই)। সে রাত্রে ঐ একবার। তৃতীয় স্বামী-সহবাসে সতীচ্ছদ ছিন্ন হয় এবং পূর্ণ সহবাস হয়—সে রাত্রেও একবার মিলন হয়।

তাহার পর পুনর্মিলনের দিন হইতে প্রথম সন্তানের জন্মের আগের রাত্রি পর্যন্ত, ঋতুকালের ২৪ দিন (সম্পূর্ণ ঋতুকাল নহে) বাদে এবং কদাচিৎ স্বামীর সাময়িক অনুপস্থিতি ভি. প্রতিদিন এক বা একাধিকবার (প্রায়ই একাধিকবার) সংসর্গ হইয়াছে। বিবাহের ঠিক এক বৎসর পরে প্রথম সন্তান জন্মগ্রহণ করে। দিবারাত্রির এমন কোন সময় নাই যে সময়ে তাহাদের মিলন হয় নাই। স্বামীর বা স্ত্রীর অথবা উভয়ের ইচ্ছা হইবামাত্র যে কোন সময়েই সহবাস হইত।

বিবাহের অষ্টম বৎসরে নানা অসুখে ভুগিবার পর ভদ্রমহিলার নিজের মুখের কথা—"বিয়ের পর কিছুদিন খুব স্ফূর্তি করেছি। যখন ইচ্ছে তখন, দিনে রাতে যতবার ইচ্ছে ততবার, যেভাবে ইচ্ছে সেভাবে—দুইজনের কোনও সাধ মেটাতে বাদ রাখিনি। আর এখন ত একরকম একেবারে বাদ বললেই চলে। ভাবতেও কষ্ট হয়।"

আমার রতিবাসনার জোয়ার ভাঁটা হয় বলিয়া লক্ষ্য করিয়াছি।

প্রত্যেক সহবাসেই পুরুষের চরমপুলকলাভ ঘটে এ কথা স্বাভাবিক নিশ্চয়ই। আমার প্রথম স্বামীর বা ডাঃ সেনের (অথবা পরিচিতা কাহারও স্বামীর) সম্বন্ধে কোনও রূপ ব্যতিক্রম কখনও দেখি নাই (বা শুনি নাই)। প্রথম স্বামীর প্রতি সহবাসে আমার চরমানন্দলাভ হইত না, শেষের দিকে কোনও মিলনেই চরমপুলক হইত না। ডাঃ সেনের সহিত প্রতি মিলনেই একাধিকবার চরমানন্দলাভ ঘটে।

মিলনের আদর্শ পরিমাণ ও ব্যবধান সম্বন্ধে কি কোনও সাধারণ নিয়ম বলা যায়? উহা সম্পূর্ণরূপে দম্পতির স্বাস্থ্য, যৌনবাসনা, রতিক্ষমতা ও ব্যক্তিগত রুচির উপর নির্ভর করে। তবে আমার মনে হয় যে, রতিক্রিয়া পরিমিত হওয়া উচিত। পরিমিত মিলনে স্ত্রীর তৃপ্তি না হইলে স্ত্রীকে অন্যভাবে তৃপ্ত করা বেশী কঠিন নহে।

গ্রন্থকার। স্বামীর প্রতি বিরূপভাব ও প্রণয়ীর প্রতি প্রেম নারীর চরমপুলকলাভে কতটা পার্থক্য ঘটায় তাহার একটি উৎকৃষ্ট দৃষ্টান্ত।

মূল বইতে আলোচিত তথ্যাদিই এইসব উত্তরে সমর্থিত। বাস্তব যৌনজীবনে রতিক্ষম পুরুষ ও বাসনাযুক্ত নারী সামর্থ্য অনুযায়ী উপভোগ করিয়াই চলে। বহু আচার-বিধি লংঘন করিয়াও।

পূর্ব প্রশ্নোত্তরে গ্রন্থকারের মন্তব্যে উদ্ধৃত উকিল বন্ধু ছোটবেলা হইতে ৭৫ বৎসরের যে উপভোগের তালিকা দিয়াছেন, তাহাই রতিক্ষম পুরুষের উপভোগের উপরের মাত্রা। মিঃ দত্ত ও আহাদ মধ্যকামা—রহিম অসাধারণ। মিঃ কাজীর বিবাহ-পূর্ব আচরণ উষ্ণকামের পরিচায়ক, তাঁহার সবেমাত্র বিবাহিত জীবনের আরম্ভে উপভোগে তাঁহার স্ত্রী বেশী আনন্দ আদায় করিতেছেন। কয়েক বৎসরে বা পরে কি পরিস্থিতি দাঁড়ায় অনুমান করা মুশকিল।

স্বাস্থ্যসম্মত বিধিনিষেধ পালন করিয়া চলাই উচিত। এইজন্য কতটুকু ধর্তব্য ও কর্তব্য তাহা এই পুস্তকে দেওয়া গেল।

২৯। মিলনে আসনকলা সম্পর্কে আপনাদের পূর্বকার জ্ঞান, পরের অভিজ্ঞতা ও বিভিন্ন আসনের গুণাগুণ সম্পর্কে বিস্তারিত লিখুন।

মিঃ দত্ত : যৌনবিজ্ঞান পাঠের পূর্বেও আসনের বিভিন্নতা সম্বন্ধে জ্ঞান ছিল। বিভিন্ন আসন অবলম্বন করিতাম।

আমার মত এই যে, উহা করা ভাল।

(ক) পাশাপাশি কাত হইয়া শুইয়া, স্ত্রী নিজের হাঁটুর উপর হাত রাখিয়া ও হামাগুড়ি দিয়া বসিয়া; (খ) পিছন হইতে; (গ) তাহার নিতম্বের নীচের দিকে কাত হইয়া প্রায় সমকোণে (at right angle) শুইয়া এবং (ঘ) সামনা-সামনি কোলে বসিয়া।

সাধারণ আসনেই সবচেয়ে সুবিধা ও আরাম, তবে স্ত্রী বেশী রোগা বা স্বামী বেশী মোটা হইলে স্ত্রীর কষ্ট হয়; সেক্ষেত্রে বিপরীত বিহার অথবা যেগুলি উল্লেখ করিলাম সেগুলি ভাল।

উল্লিখিত (ক), (খ) ও (গ) গুলিতে গভীর প্রবেশ হয় না। দীর্ঘ অঙ্গ-বিশিষ্ট স্বামীদের পক্ষে ভাল; হ্রস্ব অঙ্গ-বিশিষ্টদের পক্ষে নয়।

বিপরীত বিহারে স্ত্রীর আপত্তি। একবার মাত্র স্ত্রীর সামান্য রুগ্নাবস্থায় বিপরীত আসনে মিলন হয়। সাধারণ আসন সবচেয়ে ভাল লাগে। স্ত্রীরও। স্ত্রী-অঙ্গ সঞ্চালন করেন, প্রত্যেকবার, শেষের দিকে।

মিঃ রহিম : মিলনে আসনকলা ও তার গুণাগুণ সম্বন্ধে আপনার বই পড়ার পূর্বে বিশেষ কিছু জ্ঞান ছিল না। আপনার প্রস্তাবিত সমস্ত আসন ও তার নানারকম 'পারমুটেশন কম্বিনেশন' করে ভ্যারাইটি সৃষ্টি করার চেষ্টা বরাবরই করে আসছি। রতিক্রিয়া বিলম্বিত করার জন্য ও একঘেয়েমি দূর করার জন্য এর যথেষ্ট প্রয়োজন আছে। মানুষই কেবল করতে পারে মানুষেতর প্রাণী এ সুযোগ হতে বঞ্চিত।

গর্ভাবস্থায়, শারীরিক অসুবিধা, বয়সের পরিবর্তন ইত্যাদি কারণে উপযোগী আসন-পরিবর্তন খুবই সঙ্গত ও আনন্দদায়ক।

আপনার পুস্তকে মিঃ দত্ত ও শ্রীমতী মল্লিকার বিবৃতিতে যথেষ্ট তথ্য আছে। এ বিষয়ে আরও কিছু বলে কলেবর বাড়াতে চাই না।

শ্রীমতী মল্লিকা : আসনের বিভিন্নতা সম্বন্ধে পূর্বে বিশেষ কোনও জ্ঞান ছিল না। ১৬ বৎসর বয়সের সময়ে একবার এক শ্বেতাঙ্গ ডাক্তার (৪০/৫০) ও শ্বেতাঙ্গিনীর (৩২/৩৩) মিলন দৃশ্য দেখিতে পাইয়াছিলাম—লেডী ডাক্তার চেয়ারে বসিয়া ও ডাক্তার দণ্ডায়মান অবস্থায় মিলিত। লেডী ডাক্তারের পদদ্বয় ডাক্তারের হস্তে নিবদ্ধ। এই দৃশ্য দেখিয়া আশ্চর্য হইয়া ভাবিয়াছিলাম ইহাই বোধহয় সাহেবদের রীতি, কারণ তৎপূর্বে যৌনমিলন সম্বন্ধে শুনিয়া যাহা ধারণা হইয়াছিল, তাহাতে ত নারীর উত্তানভাবে শায়িত থাকা এবং পুরুষের উপুড় হইয়া মিলিত হওয়াই নিয়ম বলিয়া জানিতাম। আসনের বিভিন্নতা সম্বন্ধে প্রকৃতপক্ষে কিছু জ্ঞানলাভ হইয়াছিল প্রথম

স্বামীর নিকট হইতে প্রাপ্ত অভিজ্ঞতা হইতে এবং প্রচুর জ্ঞানলাভ হয় ডাঃ সেনের নিকট হইতে প্রাপ্ত অভিজ্ঞতা হইতে।

প্রথম স্বামীর সহিত সাধারণ আসন ছাড়া অপর যে সমস্ত আসন অবলম্বিত হইয়াছে তাহা এই—

(১) সাধারণ আসনের পরিবর্তিত রূপ,—আমার নিতম্বের নীচে বালিশ অথবা স্বামী হাঁটু গাড়িয়া বসিয়া ; (২) দুইজনে মুখোমুখি কাত হইয়া শুইয়া ; (৩) স্বামী চিত হইয়া শুইয়া ; আমি উপরে স্বামীর মুখের দিকে মুখ করিয়া বসিয়া বা শুইয়া।

গর্ভাবস্থার জন্য যে কোনও বিশেষ আসন অবলম্বিত হইয়াছে তাহা নহে। উপরোক্ত সব আসনগুলিই সাধারণ সময়ের মতই অবলম্বিত হইয়াছে।

রুগ্ন শরীরে সহবাস কখনও হয় নাই।

উপরের কোনও আসনই একভাবে আমার নিকট সবচেয়ে ভাল লাগিত না। সাধারণ আসনে (নিতম্বের নীচে বালিশ) আরম্ভ করিয়া সুখানুভূতি বৃদ্ধিপ্রাপ্ত হইবার সময় হইতে আসন পরিবর্তন করিয়া বিপরীত বিহারে নিজ চরমানন্দ আনয়ন করা আমার সবচেয়ে ভাল লাগিত। তবে ইহা বেশী হইতে পারিত না, কারণ স্বামীর সবচেয়ে ভাল লাগিত সাধারণ আসন।

স্বামী কয়েকবার আমার পশ্চাদ্দেশ হইতে মিলনের প্রস্তাব করিয়াছিলেন। এই প্রস্তাব শুনিলেই আমার কি রকম অস্বস্তি (ঘৃণা ?) বোধ হইত বলিয়া ইহাতে কখনও সম্মতি দিই নাই। একদিন আমার নিদ্রিতাবস্থায় তিনি ঐভাবে মিলিত হইবার চেষ্টা করেন, আমার ঘুম ভাঙ্গিয়া যায় বলিয়াই উহা হইতে পারে নাই, সাধারণ আসনে মিলন হয়।

(এই সম্পর্কে গ্রন্থকারের মন্তব্য পরে দেখুন।)

বর্তমান স্বামী ডাঃ সেনের সহিত বহুপ্রকার আসন অবলম্বিত হয়। শুইয়া, বসিয়া, দাঁড়াইয়া, উভয়ে সামনা-সামনি যত প্রকার আসন সম্ভব বোধহয় কোনটাই বাদ যায় নাই। খুব কম দিনই আগাগোড়া একই আসনে সঙ্গম হয়—মিলনকালে সংযুক্ত অবস্থাতেই দুই, তিন বা ততোধিক বার আসন পরিবর্তিত হইত। তিনি কখনও পশ্চাদ্দেশ হইতে মিলিত হইবার চেষ্টা করেন নাই (বোধ হয় আমি ইহা পছন্দ করিতাম না ইহা জানিতে পারিয়া)।

তাঁহার যে বিশেষ আসনটি সবচেয়ে ভাল লাগিত তাহা বর্ণনা করিতেছি—আমি উত্তানভাবে শায়িতা, দক্ষিণ পদ হাঁটু হইতে অনেকটা বাঁকানো ও উঁচুভাবে অবস্থিত, বামপদ হাঁটু হইতে অল্প বাঁকানো ও কাৎভাবে অবস্থিত (হাঁটুর নীচে বালিশ)। তিনি শয্যায় বাম কাতে শায়িত, আমার নিতম্বের নীচে তাঁহার বাম উরু, দক্ষিণ উরু আমার তলপেটের উপর, কোমর হইতে তাঁহার শরীর বাঁকানো। তাঁহার বামহস্ত দ্বারা আমার স্কন্ধ আকর্ষণ করিয়া ধরিতেন। দক্ষিণ হস্ত মুক্ত থাকাতে মিলনকালে আমার কামকেন্দ্রগুলি উত্তেজিত করা চলিত। স্তন ও স্তনবৃন্ত চুম্বন ও চোষণেও কোনও অসুবিধা হইত না। এই আসনে অঙ্গসঞ্চালনকালে লিঙ্গাগ্রের সহিত ভগাঙ্কুরের ঘর্ষণ হইত না বলিয়া তিনি

দক্ষিণ হস্তের অঙ্গুলী দ্বারা মাঝে মাঝে আমার ভগাঙ্কুর উদ্দীপিত করিতেন অথবা এমনভাবে হস্ত দ্বারা সমগ্র ভগ নীচের দিকে টানিয়া ধরিতেন যে ভগাঙ্কুর ঘর্ষিত হইত। এই আসনে আমার চরমানন্দকালীন অঙ্গসঞ্চালনে বাধা পড়িত বলিয়া ঐ সময় অন্য আসন অবলম্বিত হইত এবং তাহার চরমানন্দকালীন পুনরায় এই আসনে ফিরিয়া আসা হইত। মিলনশেষে এইভাবে সংযুক্ত হইয়া অবস্থান করিতাম (জন্মনিয়ন্ত্রণের ব্যবস্থা থাকায়)।

গ্রন্থকার : আসন সম্বন্ধে মূল বইতে যথেষ্ট বলা হইয়াছে। প্রশ্নোত্তরেও প্রচুর আলোকপাত হইয়াছে। পশ্চাদ্দিক হইতে মিলনের বিতৃষ্ণা অহেতুক। তবে রুচির তারতম্যও স্বাভাবিক।

একজন বৃদ্ধ সম্পাদক বন্ধু লিখেন, "আমরা সুস্থ শরীরে সবরকম আসনেই উপভোগ করেছি। বহু বছর পর স্ত্রী প্রায়ই অসুস্থা থাকতেন। মিলনে বিতৃষ্ণা সত্ত্বেও আমার সন্তোষ সম্পাদন তাঁর কাম্য ছিল। কয়েকদিন পশ্চাদ্দিক হতে মিলন হলে তিনি খুব খুশী! বলেন, এবার রেহাই পেলুম। আমার গুরুতর অসুখ বাদ দিয়ে তুমি এভাবে তোমার পাওনা আদায় করে নিও। আমার সাধ বা শখ মেটানোর চেষ্টা করো না। তোমায় আর মিছেমিছি বঞ্চিত থাকতে হবে না।

"বাস্তবিকই আমিও তাঁকে কষ্ট না দিয়ে বা সামান্য কষ্ট দিয়েও আমার প্রাপ্য আদায় করে নিতুম ও এখনও নিই।"

আর একটি পছন্দসই আসন আবিষ্কার করেন বৃদ্ধ উকিল বন্ধু। ২৬নং উত্তরে গ্রন্থকারের মন্তব্যের শেষে দেখুন।

৩০। আপনাদের ও পরিচিত-পরিচিতাদের বাসনা জ্ঞাপনের সংকেত, রতিশক্তির তারতম্য, রতিসাধনার চেষ্টা, অস্ত্রোপচারে যৌন-স্বাস্থ্যের উন্নতির চেষ্টা, চিকিৎসায় বা ঔষধ প্রয়োগের ফলাফল, কলাকৌশল অভ্যাসে রতিকুণ্ঠের চেষ্টা, অপরের ঐরূপ যৌগিক প্রক্রিয়ায় চেষ্টা ইত্যাদির সঠিক তথ্যাদি বিস্তারিত লিখুন।

মিঃ দত্ত : স্ত্রী সাধারণত ইঙ্গিতে, কদাচিৎ মুখে, ইচ্ছা প্রকাশ করেন। ইঙ্গিতে যথা—পাশে শুইয়া আমার গায়ের উপর পা তুলিয়া দেওয়া। স্ত্রীর কামোদ্রেকের লক্ষণ বিশেষ লক্ষ্য করি নাই। এক সময়ে আমরা চক্ষে চুম্বনের ইঙ্গিত প্রচলিত করিয়াছিলাম। পরে তাহার বিশেষ দরকার হয় নাই।

নারীর চরমতৃপ্তি পুরুষের চেয়ে দেরীতে হয় মানি।

আমার স্ত্রীর খুব কম সময়েই হয়।

আমার রতিকালের স্থায়িত্ব ২ হইতে ৮ মিনিট। স্ত্রীরও ঐরূপ অর্থাৎ যৌবনে ৫ হইতে ৮ মিনিট ছিল, পরে ২ ৩ মিনিট।

অপর একজন সাক্ষী ১৫ হইতে ৩৫ মিনিট পর্যন্ত সাধারণতই ধৈর্য ধরেন—স্ত্রীর চরমতৃপ্তিলাভ করাইবার জন্য।

(এই সাক্ষীর অতক্ষণের দরকার হয় নাই, কারণ স্ত্রী কাম-উষ্ণ।—গ্রন্থকার।)

পরকীয়ার সহিত অথবা অনেকক্ষণ প্রেমক্রীড়া করিয়া উত্তেজিত অবস্থায় থাকিলে শীঘ্র (এক মিনিটের মধ্যেই) হয়।

(ইহা স্বাভাবিক, কারণ নতনত্বের মোহ অথবা উত্তেজনার ঘনীভূত।—গ্রন্থকার।)

২০/২৫ বার ঘড়ি দেখিয়াছি। আরম্ভ ও শেষের সময় লিখিয়া রাখি নাই।

রতিশক্তি বাড়াইবার জন্য বিশেষ কোনও চেষ্টা করি নাই। রতি সাধনের সম্ভাব্যতা সম্বন্ধে আমার জ্ঞান ছিল না। কোনও দেশীয় ঔষধ তৈয়ারী করাইয়া একবার দিন ১৫ খাইয়াছি, যন্ত্রপাতি ব্যবহার করি নাই।

আর একবার একজন হাকিমের ঔষধ ১০ ১৫ দিন খাই। তফাত কিছুই বুঝিতে পারি নাই।

মন্ত্রতন্ত্র বা ইন্দ্রজালে বিশ্বাস নাই। বিজ্ঞাপিত ঔষধ সম্বন্ধে আমি সর্বদাই সন্দিহান। বিশ্বাস করি না। দ্রব্যগুণ, খাদ্যগুণ, মদ্য, ভিটামিন ব্যবহারে প্রত্যক্ষ দৃষ্টান্ত জানা নাই।

হ্যাঁ, বস্তিলোম মুণ্ডন করি। নিয়মিতভাবে নয়, গ্রীষ্মকালে মাঝে মাঝে।

কখনও পরস্পরের মুণ্ডন করিয়াছি।

ইদানীং সেফ্‌টি ক্ষুরই ব্যবহার করি।

অঙ্গ ধরিয়া ঘাঁটাঘাঁটির ফলে উত্তেজনা ও আত্মরতি ঘটিবার সম্ভাবনা।

(মাসে একবার পরিষ্কার করিতে গিয়া আত্মরতি হইলেও ক্ষতি নাই। প্রথম প্রথম হইতে পারে। বারবার হইবার কারণ নাই। যাহাদের সংযম কম তাহারা অঙ্গে তৈল মালিশ বা অঙ্গ ধুইবার কালেও আত্মরতি করে বা করিতে পারে।—গ্রন্থকার।)

স্টিনাক অপারেশন আমি নিজেই করিয়াছি। আগে উল্লেখ দেখুন।

যৌন হরমোন সংশ্লিষ্ট চিকিৎসার কোনও ঘটনা জানি না।

অপর ২/৪ জনের পুরুষাঙ্গ দেখিয়া তুলনায় নিজেরটি ছোট মনে হয়।

আমার পিতার টোটকা ও মুষ্টিযোগের খাতায় দেখিলাম যে, (১) শূকরের চর্বি মালিশ করিলে ২) "পায়রার মল", সৈন্ধব লবণ ও মধু মিশ্রিত করিয়া লাগাইলে অঙ্গ বড় ও দৃঢ় হয়। বিভিন্ন সময়ে দুইটিই দিন দশেক ব্যবহার করিয়াছি। ফল কিছুই হয় নাই।

(না হইবার কথা। অনেকটা বুজরুকির মত।—গ্রন্থকার।)

দিনের মধ্যে ২/৩ বার, প্রত্যেকবারে ১০ ১২ বার গুহ্যদ্বার আকুঞ্চন করিলে বীর্য-ধারণ ক্ষমতা বাড়ে ও ধারক-সঙ্গম করা যায় এই কথা ১৯৪১ সালে 'বিন্দুসাধন' পুস্তকে পড়ি। স্বপ্নদোষের প্রতিষেধক হিসাবে থামিয়া থামিয়া প্রস্রাব করার উপদেশ কুলদানন্দ ব্রহ্মচারীর 'সদ্‌গুরু সঙ্গ' পুস্তকে পড়িয়াছি, বৎসর ১৫ আগে। চেষ্টা করি নাই, কারণ আবশ্যক ছিল না। অপর কাহারও চেষ্টার কথা জানি না।

এই পুস্তক পাঠের আগে রতিশক্তি বৃদ্ধির জন্য যৌগিক প্রক্রিয়ার কথা শুনি নাই। কাহারও উহা সাধনের কথা জানি না।

আমার তাড়াতাড়ি রেতঃপাত হয় না। জীবনের শেষপ্রান্তে আর নূতন করিয়া অভ্যাস করিবার আগ্রহ ও সুযোগ নাই। অপরেরা আপনার পরামর্শমত কাজ করিয়া দেখিবেন ও ফলাফল আপনাকে জানাইবেন এই আশা করি।

শ্রীমতী মল্লিকা : আমি পূর্ব স্বামীর নিকট আমার যৌন-বাসনার জোয়ারের সময়ে দুই চারিদিন দ্বিপ্রহরে নিজের মুখে বলিয়া মিলনাকাঙ্ক্ষা প্রকাশ করিয়াছি। ইহা ভিন্ন কখনও ইঙ্গিতে বা মুখে বলিয়া বাসনা প্রকাশ করি নাই। ডাঃ সেনের সহিত অসঙ্কোচে সব কথার আদান-প্রদান হয়।

আমার কামেচ্ছার লক্ষণসমূহ লক্ষ্য করিয়া বা আমার সঙ্কোচ ভাঙ্গাইয়া ইচ্ছা জ্ঞাপন করিতে রাজী করিবার কল্পনাও বোধহয় আমার প্রথম স্বামীর মনে কখনও স্থান পায় নাই। এইরূপ অনেকবার হইয়াছে যে, স্বামী মিলনের প্রস্তাব করিলে, আমার একেবারেই ইচ্ছা নাই সে কথা তাঁহাকে জানাইলাম, তিনি আমার বাসনা উদগ্র করিবার বিন্দুমাত্র চেষ্টা না করিয়াই (অনেক সময় বলপ্রয়োগেও) নিজ কামনা পূর্ণ করিতেন। আবার, আমার খুব ইচ্ছা হইতেছে, স্বামীর জন্য অপেক্ষা করিয়া আছি, স্বামী বন্ধুপত্নী অথবা ধনী বন্ধুর পৌত্রীর সহিত সংসর্গ করিয়া গভীর রাত্রে ফিরিতেন। আমি ডাকা সত্ত্বেও আমার দিকে দৃকপাত মাত্র না করিয়া নিজ শয্যায় শয়ন করিয়া নাসিকাগর্জন শুরু করিতেন।

বর্তমান স্বামী ডাঃ সেনের রতিকালের স্থায়িত্ব সঠিকভাবে বলা সম্ভব—ইহা অনেক-দিনই ঘড়ি ধরিয়া দেখা হইয়াছে। যে দিন উত্তেজনা খুব বেশী হয়, যেমন ৭/৮ দিন বিরতির পর প্রথম মিলনে অথবা আঙ্গিক মিলন সম্পাদনের পূর্বে সুদীর্ঘ শৃঙ্গার প্রভৃতিতে ১০ মিনিট বা সামান্য বেশী, সাধারণত ১৫ ২০ মিনিট ; আসনবিশেষে অথবা আমার সকর্মকতা অপেক্ষাকৃত বেশী হইলে আধঘণ্টা হইতে ৪৫ মিনিট পর্যন্ত।

৩১। আপনার রেতঃপাত, স্ত্রীর চরমতৃপ্তিলাভ, মিলনে আনন্দবৃদ্ধি, মিলন সম্বন্ধে আপনাদের পুরাতন মনোভাব, যৌনস্বাস্থ্য বজায় রাখা, (নারীর) যৌনজড়তা, অত্যধিক যৌনস্পৃহা ইত্যাদি সম্পর্কে অভিজ্ঞতা, মতামত, দৃষ্টান্ত ইত্যাদি বিস্তারিত লিখুন।

মিঃ দত্ত : আমার তাড়াতাড়ি রেতঃপাত হয় না। জীবনের শেষপ্রান্তে (৬১) আর নূতন করিয়া বীর্যধারণের অভ্যাস করিবার আগ্রহ ও সুযোগ নাই। অপরেরা আপনার পরামর্শমত কাজ করিয়া সফল হইবেন বলিয়া মনে করি।

মিলনের আনন্দ বৃদ্ধির জন্য যৌনবিজ্ঞানে যেসব উপায় লেখা আছে তাহা ছাড়া এইগুলি করা ভাল :—

(ক) স্ত্রী ক্রমান্বয়ে রমণপথের পেশীগুলি বারংবার সঙ্কুচিত করিবেন।* ইহাতে

* এই প্রক্রিয়ার কথা আমরা অন্যত্র আলোচনা করিয়াছি।—গ্রন্থকার।

উভয়েরই আনন্দ বৃদ্ধি হইবে। যখন তিনি (৮'১০ বার) ঐরূপ করিবেন, তখন স্বামী নিশ্চল থাকিয়া ঐ কোমল প্রচাপন পূর্ণ উপভোগ করিবেন। পরে স্ত্রী বিশ্রাম করিতে পারেন ও স্বামী সকর্মক হইবেন। কখনও বা উভয়ের একসঙ্গেই সঞ্চালন করিবেন।

(খ) সুরতের সময়ে স্ত্রীর স্তনবৃন্ত রগড়ানো বা চোষণ এবং বক্ষ বা নিতম্ব মর্দন।

(গ) সাধারণ আসনে স্বামী উপর-নীচে শরীর সঞ্চালন করিলে, উপরে উঠিবার সঙ্গে সঙ্গে জরায়ু-মুখ হইতে পুরুষাঙ্গ সরিয়া আসে। কিন্তু জরায়ু-মুখই নারীর বিশেষ আনন্দপ্রদ স্থান। সুতরাং উপর-নীচ না করিয়া, যতদূর সম্ভব ভিতরে ঠেলিয়া রাখিয়া, এপাশ-ওপাশ নাড়িবেন অথবা অঙ্গ দ্বারা চক্রাকারে মন্থন করিবেন।

শ্রীমতী মল্লিকা: রতিশক্তির ন্যায্য ও সঙ্গত সাধনার কথা, মিলনের তালিকা রাখিবার এবং রতিশক্তি বৃদ্ধির উপায়সমূহ অবলম্বন করিবার প্রস্তাব আমার পূর্ব স্বামীর নিকটে করা ও অরণ্যে রোদন করা একই কথা ছিল। তাঁহার তৃপ্তি হইলেই হইত।

প্রকৃত আনন্দদায়ক বলিতে যাহা বুঝায় তাহা আমার জীবনে ডাঃ সেনের সহিতই হইয়াছে ও হইতেছে। ডাঃ সেন মিলনে আনন্দবৃদ্ধির জন্য বহু উপায় অবলম্বন করেন। জন্মনিয়ন্ত্রণের উপায়সমূহ অবলম্বনে আমার মনকে একেবারে ভয়শূন্য রাখেন। আমিও মিলনে আনন্দবৃদ্ধির চেষ্টা করি এই সমস্ত উপায়ে—

আমার দেহকে তাঁহার ইচ্ছামত সকলপ্রকারে ব্যবহার করিতে দিয়া; তাঁহার পক্ষে যাহা প্রকৃত আনন্দদায়ক সেইরূপ শৃঙ্গার প্রয়োগ করিয়া এবং মিলনে তাঁহার ইচ্ছামত তাঁহার সহিত সকর্মক সহযোগিতা করিয়া।

নিজের আনন্দবৃদ্ধির পক্ষে যে উপায়গুলির সর্বোৎকৃষ্ট, পরস্পরের প্রতি সহানুভূতিশীল স্বামী-স্ত্রী নিজেরাই সে সকল আবিষ্কার করিয়া লইবেন। যেমন, পরিচিতা এক ভদ্রমহিলা ও তাঁহার স্বামী দিবাভাবে মিলন, সম্পূর্ণ নগ্ন হইয়া একত্র অবস্থান ও মিলন, পরস্পরের যৌন-অঙ্গে মুখপ্রয়োগ, পরস্পর পরস্পরের কামনা তৃপ্তির জন্য সর্বপ্রকার চেষ্টা করা প্রভৃতি উপায় নিজেরাই আবিষ্কার করিয়া লইয়াছেন।

আজীবন যৌন-স্বাস্থ্য বজায় রাখিতে হইলে ভোজনে, শয়নে, ভোগে—সকল ক্ষেত্রে আতিশয্য হইতে বিরত থাকিতে হইবে—এই উপদেশ নিশ্চয়ই পালনযোগ্য। আমার নিজের কোনও ক্ষেত্রে আতিশয্য বুঝি নাই।

গ্রন্থকার: মূল পুস্তকে এইসব প্রশ্নের উত্তরে বহু কথা বলা হইয়াছে।

দাম্পত্য বিহারে যতটা সম্ভব আনন্দ উপভোগ করিবার পূর্ণ অধিকার স্বামী ও স্ত্রীর উভয়েরই আছে ও থাকা দরকার।

শুধু অজ্ঞান, কুজ্ঞান, কুসংস্কার, অবৈজ্ঞানিক ধর্মীয় বিধিনিষেধ, লোকাচার ভিত্তিক বদভ্যাস, কুপ্রথা ইত্যাদি নিতান্ত ন্যায্য উপভোগকে ব্যাহত করে।

সাধারণ পুরুষেরা যাহা করে তাহা নিতান্ত পশুবৎ যন্ত্রচালিত রেতঃপাত মাত্র। স্ত্রী যাহা পায় তাহা শুধু খানিকটা ধস্তাধস্তি, ক্ষণিকের জন্য আঙ্গিক সংস্পর্শে, অঙ্গে বীর্যধারণ ও ঘন ঘন গর্ভকষ্ট ভোগ!

শৃঙ্গারও যে আনন্দদায়ক, বিশেষ করিয়া নারীদের একান্ত কাম্য তাহা তাহারা ভুলিয়াই যায় অথবা সেইজন্য ধৈর্যধারণের আবশ্যকতাই বুঝে না। এইজন্যই শৃঙ্গারের প্রক্রিয়ার বিস্তারিত বর্ণনা মূল পুস্তকে দেওয়া হইয়াছে।

তাড়াহুড়ার দরুনই স্বামীরা দ্রুত রেতঃপাতে বাধ্য হন। ধৈর্যধারণ করিয়া মিলনকাল বাড়াইবার কৌশল সম্পর্কে তাই এত কথা মূল পুস্তকে বলা হইয়াছে।*

* Dr. Eichenlaub says:

"Fundamental couple control.

"The few moments after you establish genital contact have more than any other to do with your chances of achieving total and mutual sexual success. If instinct gets free rein over your movements, it brings the husband to his conclusion in a matter of seconds. He gets only fast animal relief, and his wife gets such brief stimulation that she gets satisfaction only if she has been played to the brink of orgasm beforehand.

"Your first sexual contact during intercourse should involve relatively little penetration. Immediately after entry, you should pause until the husband feels that he has complete mastery of biological pressures. He should then try a few tentative, short strokes, always returning to a position of minimal penetration instead of leaving the organs in deep contact. During this period, both parties should continue kissing and stroking caresses.

"The second rule governing the sexual crescendo is that both parties should do everything, short of movements which might bring on a male climax, to build and sustain the wife's ardor.

"Fortunately, many of the main centres of sexual sensitivity in women lie at or near the surface. Rubbing the sex organs together without penetration or short strokes with minimal penetration often gives the women much more stimulation than the man. Women also gain considerable sexual excitement from stimulation of other areas besides the genitals, so that the husband can help to sustain his wife's ardor with kisses and mouth play or with caresses of the breasts, buttocks, thighs and back.

"Lastly, most men find themselves more effective and wife pleasure if they think of the penis as a rasp instead of a punch. You can draw the shaft of the penis along the clitoris with much more effect if you left the shaft against this sensitive structure than if you think only of the movements at the tip. The same holds for other sexual frictions which mainly originate where the penis rubs past the woman's sexual opening instead of deep inside."

মূল পুস্তকে দ্রুত স্খলনের বালাই সম্পর্কে ডাঃ কিন্‌জেদের অদ্ভুত অভিমতের সমালোচনা করিতে বাধ্য হইয়াছিলাম। উত্তরদাতা ও দাত্রীরা নিজ নিজ অভিজ্ঞতা বর্ণনা করিয়া দেখাইয়াছেন যে, ধৈর্যধারণ সম্ভবপর—বিশেষ করিয়া আমার আলোচিত প্রক্রিয়ায় রতিশক্তির সাধনা করিয়া।

এই সম্পর্কে আমেরিকারই ডাঃ রিউবেন তাঁহার Everything you wanted to know about Sex পুস্তকে আমাদের মতের পরিপোষকতা করিয়াছেন।*

মিলনশেষে, নানা দম্পতি নানারকম ব্যবস্থা করেন। আদর-সোহাগ, গল্পগুজব করিয়া বা নিদ্রা আবেশে ঘুমাইয়া পড়া দুই-ই স্বাভাবিক।

দাম্পত্য-প্রীতি ও প্রণয়

৩২। দাম্পত্য-প্রীতি ও প্রণয়, নিজেদের ও পরিচিতদের মধ্যে গরমিল, সংঘর্ষ, সৌন্দর্য সাধনা ও রক্ষা, মিলনে সহযোগিতা, পরস্পরের চরিত্র সম্বন্ধে সন্দেহপোষণ, অযথা শাসন বা বশ করিবার প্রয়াস, দম্পতির সঙ্গত আচরণ ইত্যাদি সম্পর্কে মতামত, অভিজ্ঞতা, ফলাফল বিস্তারিত লিখুন।

---

* "This is the logic applied by Kinsey (a biologist) in his survey of human sexuality. He noted that a large proportion of the men interviewed by his staff reported premature ejaculation. He compared the performance of men with that of animals and concluded that since animals ejaculated fast, it was fine for men to do the same. He even suggested equating speed of orgasm with masculinity. Kinsey overlooked a few things. The dog, for example, has extremely rapid orgasms. He also chases cars, drinks from puddles, and dies at the age of fourteen. If it is normal to be like a dog in one way, why not follow his example in all the others?

"Another point Kinsey forgot to mention is that during intercourse the dog's penis becomes trapped in the female's vagina. No matter how fast he may ejaculate, the dog stays where he is until his mate is satisfied—unless he wants to leaves his penis behind.

"One more man-beast distinction: in animals resembling man, the anatomical location of the clitoris in the female brings into direct and forceful contact with the penis. A minimum of stimulation by the male animal almost guarantees orgasm for his partner.

"There is one group of women who adore men with premature ejaculation; prostitutes. On the evening that a girl is lucky to find a dozen gentlemen who are quick on the trigger, she can be home in bed (her own) by nine-thirty."

মিঃ দত্ত ঃ দাম্পত্য-প্রীতি তেমন নাই। বিবাহের পর গাঢ়তর হইয়াছিল, পরে ফিকা। কারণ মনে হয় ঃ—

(১) আমার প্রতি স্ত্রীর সন্দেহ (চরিত্রদোষের)। (২) আমার মৃদু ও নরম স্বভাব। (৩) সমস্ত আয় স্ত্রীর হাতে দিয়া খরচ সম্বন্ধে অবাধ স্বাধীনতা দেওয়ার ফলে আমাকে গ্রাহ্য না করা, সর্ববিষয়ে কর্তৃত্ব করা ও নিরঙ্কুশভাবে অপব্যয় করা। (৪) স্ত্রীর দূরদৃষ্টিহীন অমিতব্যয়, আত্মীয় ও বন্ধুদের জন্য উদারতাবশত অথবা নাম কিনিবার জন্য সাধারণ গৃহস্থ অপেক্ষা বেশী ব্যয়, সুতরাং তাহাদেরও সেই সুযোগ পূর্ণমাত্রায় গ্রহণ। (৫) আমার জনৈক বন্ধুর প্রতি স্ত্রীর বেশী টান।

(বন্ধুপত্নীকে শোধরাইবার চেষ্টা করা হইয়াছিল কিনা জানি না। বোধহয়, তাঁহারও তাহার সম্বন্ধে অভিযোগের কারণ আছে। প্রথম হইতেই রাশ না টানায় স্ত্রী অবাধ্য ও বেপরোয়া হইয়া পড়িয়াছেন। —গ্রন্থকার।)

পরিচিতদের মধ্যে গরমিল হয় সাধারণত--

(১) চরিত্রদোষ অথবা অপরের চরিত্রে সন্দেহ ; (২) স্বামীর স্বার্থপরতা ও দুর্ব্যবহার ; (৩) স্ত্রীর নীচতা, মিথ্যাভাষণ, চুরি, স্বামীর শত্রু বা বিরাগভাজনদের প্রতি মাখামাখি ; (৪) সংসারে কর্তৃত্ব সম্বন্ধে প্রতিদ্বন্দ্বিতা ; (৫) সংসার পরিচালন ও খরচপত্র সম্বন্ধে মতভেদ ; (৬) কোনও পক্ষের অতৃপ্ত যৌনজীবন প্রভৃতি।

স্ত্রীর সৌন্দর্যরক্ষার প্রণালী অপর পাঁচজন মধ্যবিত্ত বাঙালি মেয়েদেরই মত। ব্যায়াম করেন না।

স্ত্রী মিলনে সহযোগিতা করেন। নিজের চরম মুহূর্ত আসন্ন বুঝিলে জানান। কত দেরী জিজ্ঞাসা করিলে বলেন এবং শেষের দিকে (পাশাপাশি) নিতম্ব ও উরু আন্দোলন করেন।

স্ত্রীর চরিত্রে সন্দিহান নই।

আর কোনও পুস্তকে দাম্পত্য প্রীতি স্থাপন, রক্ষা ও বর্ধনের এত কার্যকরী উপদেশ দেখি নাই। আমার দুর্ভাগ্য যৌবনে এইসব দেখি নাই। পাঠক-পাঠিকাদের জন্য একান্ত দরকারী।

শ্রীমতী মল্লিকা ঃ আমার ও পূর্ব স্বামীর মধ্যে দাম্পত্য প্রীতি ও প্রণয় খুবই কম ছিল। বিবাহের পূর্বে ও বিবাহের পরেও অনেক দিন পর্যন্ত তাঁহার প্রথম বিবাহ এবং চরিত্রহীনতা জানা সত্ত্বেও স্বামীর প্রতি আমার সত্য সত্যই গাঢ় প্রণয় ছিল। আমার দিক হইতে সে প্রণয় কোনদিনই কমিয়া আসিলেও মরিয়া যায় নাই। স্বামীর নিকট হইতে আমার ও সন্তানাদির প্রতি প্রকৃত মনোযোগ, একটু সহানুভূতি ও সুবিবেচনা পাইলেই তাঁহার সমস্ত অতীত ভুলিয়া যাইতে পারিতাম।

কিছুদিনের জন্য হইলেও প্রথম স্বামীর জীবদ্দশাতেই আমি অপর পুরুষে আসক্ত হইয়াছিলাম। প্রবল সতীত্ববোধ থাকা সত্ত্বেও, সুদীর্ঘকাল ধরিয়া বহু পুরুষের নিকট

হইতে আত্মরক্ষা করিয়া আসিয়াও, শেষ পর্যন্ত ডাঃ সেনের মধুর ব্যবহারে গলিয়া গিয়াছিলাম। কিন্তু ইহাও ধ্রুব সত্য যে, আমার প্রতি স্বামীর এতটুকু ভালবাসার পরিচয় যদি পাইতাম, যদি আমার মনোভাবের প্রতি তাঁহার সামান্যতম শ্রদ্ধা বা আমাকে তৃপ্তি-দানের জন্য ক্ষণিকের চেষ্টাও দেখিতাম, তাহা হইলে ডাঃ সেনের প্রতি যতই কৃতজ্ঞতার, ভালবাসার ও যৌন আকর্ষণের উদ্রেক হউক না কেন, কোনক্রমেই আসক্তি জন্মিয়া উঠিত না।

"ধন নয়, মান নয়,
করেছিনু আশা,
শুধু ভালবাসা।"—রবীন্দ্রনাথ

তবে যাহা করিয়াছি তাহার জন্য আমার বিন্দুমাত্র অনুশোচনা নাই। ডাঃ সেন যে অবশেষে আমাকে বিবাহিতা পত্নীর মর্যাদা দান করিলেন এ আমার পরম সৌভাগ্য।

আমার প্রথম স্বামী আমাকে ছলে-বলে, কৌশলে বশে এবং শাসনে রাখিতে চেষ্টা করিতেন। আমি আত্মত্যাগ দ্বারা তাঁহাকে বশে রাখিতে চেষ্টা করিয়াছিলাম; উভয়ে মিলিয়া কাজ কদাচিৎ হইত।

সমন্বয় সাধনের উপদেশ এই পুস্তকে প্রচুর। পড়িয়া গ্রন্থকারের প্রতি যথেষ্ট শ্রদ্ধা বোধ করিতেছি। অসংখ্য দম্পতির উপকার হইবে আশা করি।

বংশক্রম, সুজাতশাস্ত্র ও সামাজিক সমস্যাবলী

৩৩। সামাজিক সমস্যাবলী সম্বন্ধে আলোচনা সম্পর্কে আপনাদের মতামত লিখুন।

মিঃ দত্ত: এই পুস্তকের সমস্ত আলোচনা বুঝিয়াছি। এত সুন্দর বিজ্ঞানসম্মত আলোচনা আর কোনও পুস্তকে পড়ি নাই।

যৌনবিজ্ঞানের প্রয়োজনীয়তা অনেক বৎসর হইতেই বুঝিয়াছি। আধুনিক বিজ্ঞান মানুষকে কুসংস্কার, শাস্ত্রানুশাসন ও লোকাচার হইতে মুক্ত করিয়া অবশ্যই উপকার করিয়াছে।

বিবাহে সংস্কারের ঔচিত্য মানি। আপনি বহু মূল্যবান কথা এই সম্বন্ধে বলিয়াছেন।

সকল বিষয়েই "যৌনবিজ্ঞান" পড়িয়া পূর্ণ জ্ঞান লাভ হইয়াছে। পরিচিতেরা সকলে এক বাক্যে আপনার এই বিরাট পুস্তকের প্রশংসা করেন। শুধু তাহাই নহে, ইহা যে বিশ্বসাহিত্যে এক অমর অবদান তাহা আমরা সকলেই স্বীকার করি। বাংলা ভাষাভাষীরা এইজন্য আপনার নিকট চিরকৃতজ্ঞ থাকিতে বাধ্য।

আমি আবার বলি—আজ আমরা জীবনের প্রান্তে। আমাদের জীবন কোনও মতে কাটিয়াই গেল। এখন আশা করি, আপনার জ্ঞান বিতরণে তরুণ-তরুণীদের জীবন

আলোকিত হইবে, বিবাহে তাহাদের বিচার নির্ভুল হইবে, বিবাহিত-জীবনে তাহাদের সুখ ও শান্তি অক্ষুন্ন থাকিবে।*

ডাক্তার-বন্ধু ও পরিচিত-পরিচিতা বহু লোকের মত আমারও অভিমত এই ঃ

"বাংলা ভাষায় ইহা সর্বশ্রেষ্ঠ যৌনবিষয়ক গ্রন্থ; এইরূপ স্বয়ংসম্পূর্ণতা এবং যৌনবিজ্ঞান সম্পর্কীয় সমস্ত বিজ্ঞান শাখার একত্র সমাবেশ কোনও বিদেশী পুস্তকেও দেখি নাই। প্রত্যেক বিবাহিত এবং বিবাহেচ্ছু নরনারীর ইহা অবশ্য পাঠ্য এবং প্রত্যেক বিবাহের উপহার-সামগ্রীর মধ্যে ইহার একটি বিশিষ্ট স্থান হওয়া উচিত।"

উপসংহার

শ্রীমতী মল্লিকা—

আমি নিজ জীবনের সমস্ত কাহিনী ও অভিজ্ঞতা কিছুমাত্র গোপন না করিয়া নির্লজ্জের ন্যায় অকপটে বিবৃত করিলাম শুধু পাঠক-পাঠিকাগণের কল্যাণ কামনায়। এই কাহিনী হইতে একজনও যদি কিছুমাত্র শিক্ষালাভ করিতে পারেন সেই শিক্ষায় যদি একজনেরও যৌনজীবনের সামঞ্জস্য বিধান ও সাংসারিক সুখ-শান্তি আনয়নে সাহায্য হয়, তাহা হইলে নিজেকে ধন্য জ্ঞান করিব। অত্যন্ত বেদনার সহিত, বাধ্য হইয়া স্বামী নিন্দা করিয়াছি। উদ্দেশ্য, ইহা হইতে যাহা শিক্ষণীয় আছে তাহা গ্রহণ করিয়া পাঠকগণকে যেন তাঁহাদের নিজ নিজ স্ত্রীর প্রতি একটু সুবিবেচনার পরিচয় দেন এবং স্ত্রীও যে মানুষ ইহা মনে করিয়া তাঁহার মনোভাবের প্রতি একটু দৃষ্টি দেন।

পরিশেষে, বর্তমান গ্রন্থকার ও অপর যাঁহারা ঘরে ঘরে যৌনজ্ঞান প্রচারের মহৎ ব্রত গ্রহণ করিয়াছেন, তাঁহাদের প্রতি আমার হৃদয়ের সকৃতজ্ঞ অভিবাদন জানাইতেছি। একান্ত আশা, ঘরে ঘরে সুখী দম্পতির সৃষ্টি হউক।

আচার্য প্রফুল্লচন্দ্র এই পুস্তক বাঙালির ঘরে ঘরে সমাদর লাভ করিবে বলিয়া যে আশীর্বাদ করিয়াছেন তাহা পূর্ণ হউক, এই কামনা আমিও করি। নমস্কার।

গ্রন্থকার—

এই সহনশীলা ভদ্রমহিলার পর-পুরুষের আসক্তি ও স্বামী নিন্দার জন্য তাঁহাকে গালি দিবার মত লোকের অভাব হইবে না, কিন্তু তাঁহার প্রথম স্বামীর অবহেলা, দুর্ব্যবহার, ব্যাভিচারের কথা মনে রাখিলে ও তাঁহার কৈফিয়ত বিবেচনা করিলে পাঠক-পাঠিকার অনেকেরই তাঁহাকে ক্ষমা করিবার মত প্রবৃত্তি হইবে। সমাজে শুধু পুরুষেরই কি অবাধ অধিকার আছে অত্যাচারের? ব্যাভিচারের বিভিন্ন মাপকাঠি (Double standard of morality) দিয়া বিচার করিবার দিন গিয়াছে। পুরুষের দোষে কত অভাগী নারী বিপথে যায় তাহা কে বলিবে?

* এই জ্ঞানী উত্তরদাতা এই পুস্তকের প্রথম খণ্ডের শেষে সংযোজিত প্রশ্নমালার তথ্যপূর্ণ উত্তর দিয়াছেন। ঐ খণ্ড দ্রষ্টব্য।

তাঁহার সম্পর্কে শ্রদ্ধা হউক বা না-ই হউক এই সহানুভূতিশীলা জননী, অভিজ্ঞা ধাত্রী ও অকপট উত্তরদাত্রী তাঁহার বিজ্ঞজনসুলভ বিবৃতিতে যে এই পুস্তকে আলোচিত অসংখ্য বিষয়ে স্পষ্টতর আলোকপাত করিয়াছেন, আমার জ্ঞানকেও আরও সমৃদ্ধ করিয়াছেন, এই কথা স্বীকার করিয়া আমি তাঁহার নিকট চিরকৃতজ্ঞ।

উত্তরদাত্রী ও উত্তরদাতাদের অকপট বিবৃতি যথেষ্ট আলোকপাত করিয়াছে আমার সকল খণ্ডের তথ্যাদির উপর।

অন্যান্য দেশে, এমনকি সুদূর প্রাচ্যদেশ জাপানেও যৌনবিজ্ঞানের তথ্যাহরণের ঐকান্তিক প্রচেষ্টা চালিতেছে। এতদিনকার রহস্যময় মানব-যৌনজীবনের খুঁটিনাটি ঘাঁটা-ঘাঁটি করিয়া বহু সমস্যার উদ্ঘাটন ও উহাদের যথাসম্ভব সমাধানও সম্ভবপর হইয়াছে।

আমাদের দেশে লজ্জা, সঙ্কোচ ও নীতিবাগিশদের চোখ রাঙানির ভয়ে প্রকাশ্য আলোচনা এতকাল যাবৎ একরকম বন্ধই ছিল। এখনও অনেকটা আছে। ফলে বালক-বালিকা, কিশোর-কিশোরী, যুবক-যুবতী অজ্ঞ ও কুসংস্কারাচ্ছন্ন হইয়া থাকিত ও থাকে। পর্দার অন্তরালে প্রবৃত্তির তাড়না তাহাদিগকে নানা অস্বাস্থ্যকর যৌন-কদাচারে লিপ্ত করিত ও করে।

বিবৃতিকারী ভদ্রলোকেরা উচ্চশিক্ষিত ও সমাজে সম্মানিত। বিবৃতিকারিণীও অভিজ্ঞা ধাত্রী ও সেবাব্রতী। অকপট বিবরণীর জন্য আমি তাহাদের কাছে কৃতজ্ঞ। কেবল উচ্চশিক্ষিত ও উচ্চপদস্থ আইরিশ ভদ্রলোকের ছাড়া অপরাদের যৌনজীবনের তিক্ত ও মিষ্ট অভিজ্ঞতা অসাধারণ মোটেই নহে। তাঁহারও বিশৃঙ্খলা সম্ভবত বাল্যকালের তিক্ত অভিজ্ঞতা প্রসূত দুর্ভোগ।

প্রথম খণ্ডের উত্তরমালাও যথেষ্ট তথ্য-সমৃদ্ধ। শেষে আমারও সংক্ষিপ্ত আলোচনা ঐ খণ্ডে দেখুন।

॥ উনিশ ॥

শেষাংশ

রতি-প্রকৃতি, রুচি, শক্তি, দৌর্বল্য ইত্যাদি সম্পর্কে তথ্যাদির পুনরালোচনা

পূর্বালোচনা

আমি এসব সম্পর্কে ৩২৩-৩৩ পৃষ্ঠায় খানিকটা আলোচনা করিয়াছি।

আধুনিক তথ্যানুসন্ধানের ফলে নর-নারীকে শেষ পৃষ্ঠায় উল্লেখিত সাতটি শ্রেণীতে বিভক্ত করা যায়। অবশ্য মোটামুটি ভাবে।

শ্রেণীবিভাগ

শ্রেণীবিভাগ লইয়া পূর্বেও বহু বাকবিতণ্ডা, কল্পনা-জল্পনা, অভিমত প্রচারণা হইয়া গিয়াছে।

যৌনবিজ্ঞানের প্রথম খণ্ডে ভুল ও ভুয়া মতবাদের ছড়াছড়ি পড়ুন ও বিশ্লেষণ দেখুন ঃ

১। নর ও নারীর যৌন প্রকৃতিভেদ—১২২-৩৯ পৃষ্ঠায়। নারী-চরিত্র চিত্রণে পুরুষের খেয়াল-খুশি ও বিরুদ্ধভাব, স্বাভাবিক পার্থক্য, নারী-পুরুষের যৌনবোধের পার্থক্য ইত্যাদি।

২। দেশ কাল, বয়স ও পাত্রভেদে পার্থক্যে বহু অমূলক কথা বলা হইয়াছে নানা দেশে—১৩৯ ৫৭ পৃষ্ঠায় দেখুন ঃ পারিপার্শ্বিকতার প্রভাব, আদ্য ঋতুর বয়সের তারতম্য, যৌন-অঙ্গের আকৃতিভেদ, বয়সভেদ, শশক, মৃগ, বৃষ, অশ্ব—পদ্মিনী, চিত্রাণী, শঙ্খিনী, হস্তিনী ইত্যাদি ভাগাভাগি, মিডারের শ্রেণীবিভাগ, গাইওঁর শ্রেণীবিভাগ ইত্যাদি।

সঙ্গে সঙ্গে মূল্যায়নও করা হইয়াছে।

এবার ৩৩৩ পৃষ্ঠায় উল্লেখিত শ্রেণীগুলির ধারাবাহিক আলোচনা ও বাস্তব হইতে লওয়া তথ্যাদি যোগ করিতেছি।

প্রথম শ্রেণী

একেবারে পুরুষত্বহীনতা ও নারীর কামশক্তিহীনতা ও যৌন-বিতৃষ্ণা খুবই কম দেখা যায়।

পুরুষত্বহীনতা সম্পর্কে ভুল ধারণা প্রচুর। ঐ সম্পর্কে দীর্ঘ আলোচনা আছে এই খণ্ডের ২৭৮-৩০৮ পৃষ্ঠায়।

সাময়িক অপারগতা, কামভাবের অল্পতা, অঙ্গের দৌর্বল্য, মানসিক কাপুরুষতা ইত্যাদিকেও পুরুত্বহীনতা বলিয়া ভুল বুঝা হয়। ঐগুলির প্রতিকারের কথাও ঐ দীর্ঘ আলোচনায় আছ।

যৌনবিজ্ঞানের সার্থকতাই ঐসব ভুলের বিশ্লেষণ ও দূরীকরণ।

পূর্ণ পুরুষত্বহীনতা বলিতে বুঝিতে হইবে, পুরুষের কামভাবের একান্ত অভাব এবং স্বমেহনে, স্বপ্নদোষ, শেষরাত্রে বা নিতান্ত যৌন-উত্তেজক অবস্থাতেও অঙ্গের দৃঢ়তা না আসা।

এইরকম পুরুষ নিতান্ত বিরল। লক্ষের মধ্যে যেমন ৩/৪ জন।

তাহারা সঙ্গমে অক্ষম। উত্তেজনা দিয়াও তাহাদিগকে নারী-ভোগে প্রলুব্ধ করা যায় না।

দেহের দিক দিয়া তাঁহারা পুরুষাঙ্গের অধিকারী হইয়াও উহা ব্যবহারে অপারগ। প্রধান কারণ শরীরে হরমোনের অভাব বা বৈকল্য।

হরমোনের প্রকৃতি ও ক্রিয়া সম্পর্কে পড়ুন ১ম খণ্ডে ৮৪, ৯৩-৯৬ পৃষ্ঠা!

প্রতিকারের কথা পরে বলিতেছি।

নারীর পূর্ণ কামশীতলতা সম্পর্কেও প্রায় ওসব কথা খাটে। নারীদের মধ্যে ইহা থাকিলেও প্রকাশ না পাইতে পারে। তাহাদের উত্তেজনার অভাব শ্লীলতা বলিয়া মনে হওয়া অস্বাভাবিক নহে।

এইরকম অবস্থা সত্ত্বেও পুরুষের যৌনক্ষুধা মিটাইয়া যাইতে পারেন বলিয়া স্বামীদের অসুবিধা নাও হইতে পারে। ২৯২-২৯৭ পৃষ্ঠায় আলোচনা দেখুন।

জন্মগত মূলধন, হরমোনের অভাব ও বৈকল্য পুরুষ ও নারীকে পঙ্গু করিয়া রাখে।

ছোটবেলায় ধরা পড়িলে হরমোনঘটিত ঔষধ ব্যবহারে সুফল পাওয়া যায়। এমন কি স্বাভাবিক অবস্থার প্রবর্তনও সম্ভবপর হয়।

দুর্ভাগ্যক্রমে পূর্ণ অপারগতা থাকিলে সদ্বিবেচক পুরুষদের বিবাহ করিয়া স্ত্রীর গঞ্জনা ভোগ না করাই ভাল। অস্বাস্থ্য, অসুবিধা, আর্থিক অস্বচ্ছলতা, লেখাপড়ায় ব্যস্ততা ইত্যাদির ওজর তুলিয়া বিবাহের প্রশ্ন এড়াইয়া যাওয়াই উচিত।

পিতামাতা, গুরুজনদের কর্তব্য অহেতুক লজ্জাবোধে পরিত্যাগ করিয়া বর্ধনশীল ছেলেমেয়েদের যৌনত্রুটি সম্পর্কে সচেতন হওয়া আর ধরা পড়ামাত্র উপযুক্ত ডাক্তার দেখানো।

সুখের বিষয়, ফ্যামিলী ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস, জে, ৩১ তোপখানা রোড, ঢাকা-২,—এই ঠিকানায় বহু পিতামাতা ওরকম ক্ষেত্রে পরামর্শ চান ও হরমোনের অভাব পূরণে সুফল পান। যুবকদেরও আংশিক অপারগতার ক্ষেত্রে তাঁহারা উপকার করিতে পারেন।

দ্বিতীয় শ্রেণী

কামদুর্বল নর ও নারী, যৌনাঙ্গ ও যৌন গ্রন্থিসমূহের অপুষ্টি, অসম্পূর্ণতা ও বিশৃঙ্খলা জন্য বহু আছে।

তাহারা হয়ত পড়াশোনায় বা খেলাধূলায় বা অন্যবিধ নেশায় মাতিয়া থাকে। যৌন উত্তেজনা বোধই করে না।

অবিশ্বাস্য মনে হইলেও অতি সত্য ঘটনার উল্লেখ করিতেছি।

একজন ডাক্তারী পরীক্ষায় উত্তীর্ণ অতি মেধাবী বন্ধু আমাকে বলেন যে বাল্যে, কৈশোরে, এমনকি যৌবনেও তিনি উত্তেজনাবোধ করেন নাই।

পিতামাতা সাধ করিয়া পূর্ণ যৌবনা বউ ঘরে আনিয়া দেন। ডাক্তার সাহেব বউকে জড়াইয়া জড়াইয়া গল্পগুজবে রাত কাটাইতেন ও সকালে নিজ কাজে লাগিয়া যাইতেন।

কয়েকমাস পরে স্ত্রীর ভারী মন ও শুষ্ক মুখ লক্ষ্য করিয়া ভাবী জানিতে পারেন যে, রতিক্রিয়া মোটেই ঘটে নাই। ইনি ডাক্তার সাহেবকে আকারে ইঙ্গিতে বুঝাইতে না পারিয়া নিজ দেহ ব্যবহারে প্ররোচিত করেন। প্রথম বারের মত সুখানুভূতির আস্বাদ পাইয়া ডাক্তার সাহেব সজীব ও সক্রিয় হন।

আফসোস করিয়া বলেন, কত বোকা ছিলুম ; বোধহয় আরও বহুদিন থেকে যেতুম যদি ভাবী সচেতন না করতেন।

ইনি পরে স্বাভাবিক দাম্পত্য জীবন ভোগ করেন ও পুত্রকন্যা রাখিয়া যান। মেডিক্যাল ডিপার্টমেণ্টের শীর্ষস্থানে পেঁাছেন।

যৌনবিজ্ঞানের বহুল প্রচারের প্রয়োজন স্বীকার করিয়া ইনি আমাকে বহুবিধ সাহায্যও করিয়াছেন।

আর এক বন্ধু। আগেকার আই. সি. এস. চাকরিজীবী। শীর্ষস্থান পর্যন্ত দখল করেন।

তাঁহার জীবনেতিহাসের সূক্ষ্মতম ঘটনাও আমাকে অকপটে বলিয়াছেন। দর্শনশাস্ত্রে সুপণ্ডিত ছিলেন। বলেন—বাল্যে, কৈশোরে, এমন কি যৌবনে পদার্পণ করিয়াও তিনি হস্তমৈথুন বা অন্য কোনও প্রকারে কামচর্চার সামান্যতম আগ্রহও বোধ করেন নাই। নারীস্পর্শ ত দূরের কথা।

আই. সি. এস. কৃতিত্বের সঙ্গে পাস করিয়া বিলাতে শিক্ষানবীশ থাকেন। এক সম্ভ্রান্ত বিধবার ঘরের উপরের তলা ভাড়া নেন। নিতান্ত মেহমানের মত ব্যবহার পাইতেন। চা, নাস্তা, খাবার আয়োজন বিধবা সমারোহে করিতেন। উভয়ের ব্যবহারে ভদ্রোচিত শালীনতা বজায় থাকিত।

বন্ধুটি সুদর্শন সুপুরুষ। বিধবা তাঁহার নিতান্ত কামভাবের অভাব লক্ষ্য করিয়া মাঝে মাঝে হাসি-ঠাট্টা করিতেন।

একদিন খুব ঠাণ্ডা পড়ে। উনি বিছানায় গা ঢাকা দিয়া শুইয়া আছেন। হঠাৎ বাথরুমের খোলা দরজা দিয়া ভদ্রমহিলা চা-নাস্তার ট্রে লইয়া উপস্থিত। বলেন— নিতান্ত ঠাণ্ডা বলিয়া উনি নিজেই এই ব্যবস্থা করিয়াছেন। তাঁহাকে উঠিতে না দিয়াই নাস্তা সরাইয়া প্রস্তাব করিলেন ভদ্রমহিলারও পাশে শুইয়া কিছুক্ষণ বিশ্রাম করিবার লোভ হইয়াছে। উত্তরের অপেক্ষা না করিয়াই উনি শুইলেন, হাতাহাতি করিয়া অবশেষে বিপরীত বিহারে বন্ধুটিকে বাধ্য করিলেন। উনি বলেন, শাপে বর হইল ! এক নতুন আস্বাদের সন্ধান পাইয়া তিনি ঐ দিনই পুরুষত্ব পাইলেন। পরে আর কামভিক্ষা করিতে হয় নাই। তাহাদের রতিজীবন চলিতে থাকে।

ইনিও পুত্রকন্যাসহ সুস্থ স্বাভাবিক জীবন-যাপন করেন ও করিতেছেন।

ডাক্তারটির বেলায় তাঁহার ভাবী ও উক্ত আই. সি. এস. লোকটির বেলায় ভদ্রমহিলাটি যৌনশিক্ষাদাত্রী হিসাবে আবির্ভূত হইলেন।

পূর্ববর্তী পৃষ্ঠায় দুইটি দৃষ্টান্তই অতি মৃদুকামী পুরুষের। তবে মৃদু-কামী ও কামিনীর সংখ্যা নিতান্ত কম নহে।

তাঁহারা নানা পেশায় বা নেশায় মগ্ন থাকেন; না থাকিলেও কামচর্চায় নিরাসক্ত থাকিয়া শালীনতাব পরাকাষ্ঠা দেখান। বিপরীত লিঙ্গের মনোমত পাত্র-পাত্রী আস্তে আস্তে তাহাদিগকে যৌনচর্চায় লিপ্ত করিলে উহাতে উৎসাহ ও সুখানুভূতি বাড়িতে পারে।

হরমোনের অভাব হইলে উপযুক্ত হরমোনঘটিত ঔষধ প্রয়োগে অবস্থার উন্নতি হয়।

বিলাসীকে প্রশ্রয় দিতে নাই।

স্বাভাবিক যৌনভাবাপন্নদের অবস্থা, আচরণ ও কর্তব্য-অকর্তব্যের বিরাট আলোচনাই এই বিশ্বকোষের বিষয়বস্তু। পুনরালোচনার প্রয়োজন নাই।

অতি উষ্ণ কামী ও কামিনীদের অবস্থা, আচরণ ইত্যাদি সম্পর্কে বিস্তৃত আলোচনা দেখুন ২৯৯—৩০৮ পৃষ্ঠায়।

একজন নামজাদা সম্পাদক নিজের আত্মজীবনীতে (My Life and Loves) তাঁহার যৌনজীবন সম্পর্কে বিস্তৃত তথ্যাদি নির্ভয়ে লিখেন। অবশ্য বইখানির বিরূপ সমালোচনা হয় এবং উহা বাজেয়াপ্তও হয় অশ্লীলতার দায়ে।

আমার মনে হয় সামান্য অতিরঞ্জন থাকিলেও তাঁহার বৃত্তান্ত মূলত সত্য।

তিনি ছোট বেলায় একদিন কৌতূহলে ঘরে ঢুকিয়া রাঁধুনীকে যৌনমিলনে মত্তা দেখিতে পান। ধরা পড়িয়া মেয়েটি তাঁহাকে জড়াইয়া ধরিয়া আদর যত্ন করে ও ঘটনাটি সম্পূর্ণ গোপন রাখিতে অনুনয়-বিনয় করিতে থাকে। ইহার পর হইতে ইনিও না-কি 'বলিয়া দিব' ভয় দেখাইয়া তাহার নিকট হইতে নানা রকম খাবার উপহারের সামগ্রী আদায় করেন। যৌন মিলনের নিগূঢ় মর্ম তখনও বুঝিতে পারেন নাই।

কিছুকাল পরে বাল্য বন্ধু-বান্ধবীরা ঐ গোপন মিলনের ব্যাখ্যা করে আর উনিও কৌতুক ও কৌতূহল বোধ করিতে থাকেন।

কৈশোরে উনি উগ্র কামাবেগ বোধ করিতে থাকেন। একদিন ভাবী বা ও রকম কোনও আত্মীয়াকে অকপটে জিজ্ঞাসা করেন, মেয়েদেরে বশে আনা যায় কি করিয়া। নানা কথার মধ্যে সন্ধান পান একটি গূঢ় তত্ত্বের "ওরা ওদের প্রশংসা শুনলে তুষ্ট ও আকৃষ্ট হয়"।

তখন হইতে উনি পরীক্ষায় লাগিয়া যান। বহু মেয়ে, নারী এমন কি একই সঙ্গে মেয়ে ও তাহার মাতার মনোরঞ্জন করিয়া দেহ উপভোগ করিতে থাকেন।

তাঁহার প্রশংসা মন্ত্রের মত কাজ করিত।

নিজের যৌনাবেগের কথা বলিতে গিয়া বলেন যে, কৈশোর হইতে পূর্ণ যৌবন—৩৫ বৎসর পর্যন্ত মেয়েদের শুধু দৈহিক দিকটাই দেখিতেন—সুশ্রী, কুশ্রী, জাত-পাত, গুণ-গরিমার বাদবিচার মনেই আসিত না!

কুমারী মেয়ে হইতে আধা বয়সী অবিবাহিতা, বিধবা, এমন কি বিবাহিতা নারীদেরও মিস্ট কথায় ভুলাইয়া উপভোগ করিয়াছেন ! প্রায়ই তাঁহার প্রয়াস সফল হইয়াছে।

উপভোগের নানা ভঙ্গীর মধ্যে নারীর যৌনাঙ্গ লেহন তাঁহার খুব পছন্দ ছিল।

তিনি সারা পৃথিবী ভ্রমণ করিয়া নানা জাতির নারীদের সংসর্গ লাভ করিয়াছিলেন।

অবশেষ, এক বিধবার হাতে আত্মসমর্পণ করিয়া বিবাহবন্ধনে আবদ্ধ হন এবং বদ-মেজাজী স্ত্রী তাঁহাকে বিরক্ত ও উদ্বিগ্ন করিয়া ছাড়েন।

তাঁহার ষাট বৎসর বয়সের একটি ঘটনা ও তাঁহার বিলাপ উল্লেখযোগ্য।

আমেরিকায় প্রবাসকালে তাঁহার সঙ্গে একটি ফুটফুটে সুন্দরী মেয়ে দেখা করিতে আসে ও হাবভাবে সংসর্গ চায় বলিয়া উনি মনে করেন। কিন্তু তাঁহার কামভাব মৃদু হইয়া যাওয়ায় তাঁহার অঙ্গ সাড়া দেয় না। আফসোস করিয়া মন্তব্য করেন, হায় পুরুষ, তুমি এত করেও এখন যৌনচর্চায় অক্ষম অথচ নারীজাতি জীবনের শেষ মুহূর্ত পর্যন্ত পুরুষকে সংসর্গ দিতে পারে।

মনে হয়, অতি বিহারে তাঁহার অকালে অপারগতা আসে।

আঠারো অধ্যায়ে বৃদ্ধের যৌন জীবন-যাপন আলোচনায় আমরা বহু বৎসর পর্যন্ত সক্ষম পুরুষের কথা বলিয়াছি।

উষ্ণকাম ও মৃদুকামের দুইটি ছেলের কথা তাহাদের মাতা আমার কাছে খুলিয়া বলেন। বড়টি বিজ্ঞানের ছাত্র ও উঁচু চাকরি করিয়া প্রতিষ্ঠাবান। ছোটটি মাত্র কলেজে প্রবেশ করিয়াছে। বড়টির বিবাহের বয়স পার হইয়া যাইতেছে অথচ প্রস্তাবে একেবারেই সাড়া দেয় না। ছোটটি যৌন অভিসারে মত্ত ও বিবাহের জন্য পাগল।

একই পিতামাতার দুই সন্তানে এত পার্থক্য !

ছোটটি জিজ্ঞাসায় বলে সারা দিনরাত তাহার অঙ্গ উত্থিতই থাকে। রাত্রে ২/৩ বার হস্তমৈথুন না করিলে ঘুমাইতে পারে না। তাহাকে তাহাই করিয়া কামতৃপ্তি লাভ করিবার পরামর্শ দেই। সকাল সকাল বিবাহ করাইয়া তাহার মতি স্থির রাখিতে উপদেশ দেই। সে বিবাহ করিয়া এখন সুষ্ঠু যৌন উপভোগে সুখী। বড়টি বহু পরে বিবাহ করে।

এইরকম পার্থক্য সচরাচরই দেখা যায়। অসমতা স্বীকার করিয়া ভিন্ন ভিন্ন ব্যবস্থা করারও দরকার।

ছোটবেলায় অনেকটা সংযত ও যৌনচর্চায় অনেকটা অনভ্যস্ত ছেলেরও যে সুপ্ত কামনা দাম্পত্য জীবনে প্রজ্বলিত হইয়া উঠিতে পারে তাহার দৃষ্টান্ত আমাদের এই পুস্তকের প্রশ্নমালার অকপট উত্তরদাতা মিঃ রহিম।

৩৭২ পৃষ্ঠায় তাঁহার উত্তর দেখুন ঃ "বিবাহের প্রথম আট বছর মিলন হয়েছে প্রতি রাতে ৪ বার, তারপর কয়েক বছর ৩ বার, তারপর কয়েক বছর ২ বার, তারপর কয়েক বছর ১ বার, বর্তমানে (৫৫) হপ্তায় ২ বার। সুযোগ পেলে দিনের বেলা শ্রেয় মনে করি।

একবার রেকর্ড দেখার জন্য প্রথম জীবনে ২৪ ঘণ্টায় ১৯ বার, অবশ্য প্রত্যেকবার স্খলন না করে। সবটাই মানসিক সুখ শান্তি ও সুযোগের ওপর নির্ভরশীল।"

অসাধারণ কামবিলাসী ইনি।

স্ত্রীর উপর দৌরাত্ম্য ?

এবার দেখুন, পাত্রী বহুলতার দৃষ্টান্ত।

জর্জেস সিমেনন (Georges Simenon) একজন নামজাদা লেখক। তিনি নাকি ১০ বৎসর বয়স হইতে তাঁহার যৌন সংসর্গের রোজনামচা রাখিতেছেন 'সত্য যাচাইয়ের' দায়ে।

এখন ৭৪ বৎসর বয়স্ক এই বেলজিয়ান লেখক ২১৪ খানি পুস্তক লিখিয়াছেন হিসাব দেন। যৌন উপভোগের চূড়ান্ত করিয়া নাকি তিনি ১০,০০০ নারীর সঙ্গে সংসর্গ করিয়াছেন। তিনি নাকি সংসর্গের মাধ্যমেই নারীর প্রকৃত পরিচয় পান।

খানিকটা অতিরঞ্জন সম্ভবপর হইলেও তাঁহার দাবী একেবারে উড়াইয়া দেওয়া যায় না।

বহুবিবাহের অনুমতির ও পুরুষ-প্রাধান্যের যুগে, এমন কি এখন পর্যন্ত বহুপাত্রী ভোগী পুরুষের অভাব ছিল না ও নাই।

রাজা বাদশাহরা, নওয়াবেরা, হিন্দুকুলীনেরা বহুভোগী পুরুষ ছিলেন ও আছেন। হারেমে শত শত, এমনকি হাজার, দুই হাজার পর্যন্ত স্ত্রী, বাঁদী, উপপত্নী রাখিতেন।

মেয়েরাও বোধ হয় বহুপুরুষ ভোগে কম হইত না যদি শক্তি, প্রতিপত্তি ও সুযোগ পাইত।

মিসরের ক্লিওপেট্রা ও রোমের মেসালীনার অবাধ রতিচর্চার কথা জগদ্বিদিত।

নারীজাতির বেশ্যাপ্রথায় সারা জগতের বহুসংখ্যক নারীকে স্বেচ্ছায় অনিচ্ছায় বহু পুরুষের মনোরঞ্জন করিতে হইয়াছে ও হয়।

এবার, নরনারীর স্বাভাবিক প্রবৃত্তি ও কামনা নানা কারণে বিঘ্নিত ও বিড়ম্বিত হয় বলিয়া নানা উপশ্রেণী গঠিত হয়। মোটামুটি বলিতে গেলে আমরা আবার বলিব ঃ

মনে রাখিবেন ঃ নর ও নারীর মনে ও দেহে যৌন কামনা ও রতিক্ষমতার মাত্রার তারতম্য আশ্চর্যজনক।

১। একেবারে পুরুষত্বহীন ও সম্পূর্ণ কামশীতল নারী অত্যন্ত বিরল।

২। যৌনাঙ্গ ও যৌনগ্রন্থিসমূহের অপুষ্টি, অসম্পূর্ণতা ও বিশৃঙ্খলার দরুন কামদুর্বল নর ও নারী মাঝে মাঝেই দেখা যায়।

৩। কৈশোর-যৌবনে কাম-উষ্ণ পুরুষেরও অপরিমিত কামচর্চার দরুন অঙ্গের হানি ও কামনার বিপর্যয় প্রায়ই হইয়া থাকে।

৪। পঞ্চাশের উপর বয়স্ক পুরুষদের কামনায় ভাটা, যৌনাঙ্গে শৈথিল্য ও রতিকার্যে আংশিক অক্ষমতা প্রায়ই ঘটিয়া থাকে।

৫। স্বাভাবিক যৌনাবেগ ও রতিক্ষমতাসম্পন্ন পুরুষদেরও মাঝে মাঝে শারীরিক ও মানসিক নানা কারণে সাময়িক অবসাদ ও দৌর্বল্য প্রায় সার্বজনীন। (প্রতিকার না করিলে অবনতি ঘটিতে থাকে।)

৬। অতিবৃদ্ধ পুরুষদের, ৬৫-৭০ বৎসরের ঊর্ধ্বে, বিশেষ করিয়া উষ্ণপ্রধান দেশগুলিতে অঙ্গ শৈথিল্য ও যৌন-দৌর্বল্য স্বাভাবিক।

৭। নারীদের সাধারণত দৈহিক অপুষ্টি, যৌনগ্রন্থির বিশৃঙ্খলা স্ত্রী বা স্বামী / পুরুষ সাথীর অসংযত, অসঙ্গত বা অনুপযুক্ত ব্যবহারের দরুন কামশীতলতা, সহবাসে সুখের অভাব, যৌনব্যাপারে বিতৃষ্ণা বোধ সচরাচর হইয়া থাকে।

২য় হইতে ৭ম শ্রেণীর জন্য সমুচিত ব্যবস্থা গ্রহণ অবশ্য কর্তব্য।

প্রামাণ্য ডাক্তারী পুস্তক হইতে

"এ্যান্ড্রোজেন। টেস্টোস্টেরন—পুরুষালী ভাব জাগ্রত করে এমন সব ঔষধ। সর্বশ্রেষ্ঠ মেথাইল টেস্টোস্টেরন আর টেস্টোস্টেরন প্রোপিওনেট।

"রোগীর বিবরণ: একটি অপুষ্ট কিশোরের অণ্ডকোষ নিঃসৃত রসের স্বল্পতার দরুন কৃশতা ও যৌনদৌর্বল্য দেখা দেয়। ৪১ দিন পর্যন্ত মেথাইল টেস্টোস্টেরণ দেওয়া হয়। তাহার শরীরের ওজন ও লিঙ্গের আকার বাড়ে। যৌনকেশ গজায়, অণ্ডকোষের চামড়া পুরু হয়, এপিডেডাইমিসের উন্নতি ঘটে। তাহার লিঙ্গোত্থান ঘটিতে থাকে, দৈহিক পরিপুষ্টি ও স্বাভাবিক যৌনক্ষমতা সঞ্চারিত হয়।

(কৈশোরে হরমোন অত্যাশ্চর্যজনকভাবে কাজ করে।)

"৩৮ বৎসরের যুবক যুদ্ধে অণ্ডকোষ হারায় কিন্তু তাহার লিঙ্গ অক্ষত থাকে। সে বিবাহ করিয়া সামান্য যৌনাবেগ বোধ করে। লিঙ্গোত্থান হয় না। তাহাকে টেস্টোস্টেরণ প্রোপিওনেট দেওয়া হয়। ফলে তাহার কামনা বাড়ে, লিঙ্গোত্থান ঘটিতে থাকে ও সে দৈনিক সহবাসে সক্ষম হয়।" (হরমোনের সমুচিত প্রয়োগ সারা জীবনেই কাজ করে।)

উপযুক্ত হরমোন ঘটিত বটিকা, মালিশ ও ইনজেকশনে, বহু পুরুষ শক্তি হারাইবার পর আবার রতিক্ষম হন। বহু পুরুষ বহুকাল পর্যন্ত ব্যবহার করিয়া সাময়িক অক্ষমতা দূর করিয়া হতাশ জীবনে আবার সুখের সন্ধান পাইতে থাকেন। এমন কি ৬৫-৭৫ বৎসরের বৃদ্ধেরও কেহ কেহ প্রোস্টেট গ্রন্থি হারাইয়া ও তাহার উপরে বন্ধ্যতা বরণ করিয়া ও দুইটি ব্যবহার করিয়া যৌনাবেগ ফিরিয়া পাইয়া রতিক্ষম হইয়াছেন। তাঁহাদের কেহ কেহ আশা প্রকাশ করিয়াছেন এই বলিয়া যে, **এ দুইটির সাহায্যে জীবনের শেষদিন পর্যন্ত যৌনসুখ উপভোগ করিতে পারিবেন।**

অবস্থার যথেষ্ট উন্নতি হইলে ঔষধ ব্যবহার ত্যাগ করা উচিত। পরে দরকার হইলে আবার ব্যবহার করা যাইতে পারে। উপযুক্ত ও অভিজ্ঞ যৌনবিজ্ঞানীর পরামর্শ ছাড়া ব্যবহার বিপজ্জনক হইতে পারে।

ইন্জেকশন ও হিপ্নোটিক বা মনোবৈজ্ঞানিক চিকিৎসা শেষ সম্বল।

অসংখ্য পত্রে ও সাক্ষাৎকারে আমি জানিতে পারিয়াছি, কি করিয়া বহু নর-নারী যৌনক্ষমতা বৃদ্ধি করিবার বা ফিরিয়া পাইবার সন্ধানে হাকিম, কবিরাজ, হোমিওপ্যাথ, হাতুড়ে ডাক্তার ও গুরু-ফকিরদের প্রতারণার শিকার হইয়া অযথা অর্থব্যয় করিয়া হতাশ হয়। ভাল এলোপ্যাথিক ডাক্তারেরাও যৌনবিজ্ঞানে সুপক্ক না হইলে বিশেষ সাহায্য করিতে পারেন না।*

দম্পতির রতি বিলাস কলা

পূর্ববর্তী অধ্যায়গুলিতে ও অন্যান্য বইতে যে সুদীর্ঘ আলোচনা করিয়াছি পাঠক-পাঠিকা সেগুলি লক্ষ্য না করিয়া বা ভুলিয়া গিয়া থাকিলে আবার দেখিয়া সজাগ হইতে পারিবেন।

দ্রুত স্খলনের কারণসমূহ

(১) প্রথম প্রথম যৌনমিলন। (২) বহুদিনের রতিবিরতি। (৩) অস্বাস্থ্য, দুর্বলতা। (৪) সুন্দরী অথবা নূতন পাত্রী। (৫) উভয়ের অঙ্গের অসামঞ্জস্য। (৬) মন খারাপ থাকা। (৭) নিরানন্দকর আবেষ্টনী। (৮) সঙ্গমকে অন্যায়, ঘৃণ্য বা পাপ মনে করা।

(৯) 'আমার দ্রুত স্খলন হইয়া যায়, সুতরাং এবারেও হইবে', কিংবা 'আমি খুব সম্ভব বেশীক্ষণ সহবাসে সক্ষম হইতে বা নারীকে তৃপ্তি দিতে পারিব না' এই ভয়-ভাবনা ও নিজের ক্ষমতায় সন্দেহ, অবিশ্বাস ও দুর্ভাবনা।

(১০) কাহারও দেখিয়া ফেলিবার, অবৈধ কর্ম ধরা পড়িবার, পাত্রীর গর্ভসঞ্চার করিয়া দিয়া উভয়ে ঘোর বিপদগ্রস্ত হইবার অথবা অজ্ঞাত চরিত্র বা কুচরিত্র পাত্রী হইতে রতিজ রোগ পাইবার ভয়।

(১১) দীর্ঘকাল যাবৎ শৃঙ্গার ও উত্তেজনা।

(১২) সুতীব্র উত্তেজনা।

(১৩) নিজের কোনও শারীরিক বা মানসিক ত্রুটির জন্য, বিশেষত রমণে অপটুতা অথবা অক্ষমতার জন্য সঙ্গিনীর বিদ্রূপ বা কটু মন্তব্য।

(১৪) সঙ্গিনীর অনিচ্ছা বা বিরক্তি এবং তাহার সহানুভূতি, সহযোগিতা ও সাহায্য

* জনহিতকর প্রতিষ্ঠান **ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস লিঃ, জে** (গবেষণা বিভাগ), ৩১নং তোপখানা রোড, ঢাকা-২। ফোন: ২৩৮৪৫৭—এই বিষয়ে পরামর্শ দেন।

না করা ও আশা ভরসা ও উৎসাহ না দেওয়া। নিজের লজ্জা, অজ্ঞতা ও অপটুতা দূর করার চেষ্টা না করা।

(১৫) বিশেষ পাত্রীর সহিত সুরতক্রিয়া পাপজনক এই ধারণা থাকা; যথা, গণিকা, নিকট আত্মীয়া প্রভৃতির সহিত।

(১৬) স্ত্রীর প্রতি বিরাগ থাকা।

(১৭) সঙ্গমে দ্রুতগতি অবলম্বন।

স্খলন বিলম্বিত হইবার কারণসমূহ

(১) ২/১ ঘণ্টা পূর্বে মিলন। (২) সুস্বাস্থ্য। (৩) নারী অসুন্দর। (৪) উভয়ের অঙ্গের গরমিল। (৫) নারীর সহযোগিতা করা ও উৎসাহ প্রদান। (৬) মনে স্ফূর্তি, নিরুদ্বেগ। (৭) আনন্দময় পরিবেশ। (৮) বিহারকে স্বাভাবিক, সঙ্গত, স্বাস্থ্য ও আনন্দকর বলিয়া বিশ্বাস। (৯) নিজ ক্ষমতায় দৃঢ় বিশ্বাস। (১০) কোনরূপ ভয়, ভাবনা বা দুশ্চিন্তা না থাকা। (১১) পুরুষাঙ্গের আচ্ছাদক চর্ম কাটা, অথবা সর্বদা পিছনে গুটানো অবস্থায় রাখা বা আপনিই ঐরূপ থাকা। (১২) (গর্ভ ও রতিজ রোগ নিবারক) ঔষধাদি বা রবারের খাপ অর্থাৎ কনডম ব্যবহার। (১৩) নিয়মিত মিলনের অভ্যাস—বিশেষত একই পাত্রীর সহিত।

স্খলন বিলম্বিত করিবার উপায়সমূহ

(১) দিনের মধ্যে ২/৩ বার ৫ ৭ মিনিট যাবৎ গুহ্যদ্বার সংকুচিত করা (শক্তি সাধনায় শারীরিক ও মানসিক কৌশল অধ্যায়ের 'ন্যায্য ও সঙ্গত সাধনা' অনুচ্ছেদ)।

(২) প্রত্যেকবার প্রস্রাব করিবার সময়ে ৩/৪ বার, ৫/১০ সেকেণ্ড যাবৎ মূত্রবেগ ধারণ করিয়া রাখা, অর্থাৎ কিছুক্ষণ থামিয়া থামিয়া প্রস্রাব করা।

(৩) পুষ্টিকর ও শক্তিবর্ধক খাদ্য গ্রহণ করা, ত্বকচ্ছেদ করানো অথবা শিশ্নাগ্র সর্বদা খুলিয়া রাখা।

(৪) এমন স্থান ও কাল নির্বাচিত করা যাহাতে নিরুদ্বেগে ও আনন্দে ক্রিয়া হইতে পারে।

(৫) সকল প্রকার ভয়, ভাবনা, অনুশোচনা ও নিজ ক্ষমতায় সন্দেহ ও অবিশ্বাস বর্জনের চেষ্টা করা। (গর্ভ ও রতিজ রোগ নিবারণের জন্য ঔষধাদি বা শুক্রকীটনাশক জেলী মাখানো কনডম বা পেসারী ব্যবহার)।

(৬) মিলনের পূর্বে স্ত্রীকে বিবিধ শৃঙ্গারে যথোচিত উত্তপ্ত করিয়া লওয়া। তাঁহার বাসনার উদ্রেকের লক্ষণাবলী (দাম্পত্য মিলনের প্রধান প্রধান সমস্যা অধ্যায়ের দ্বিতীয় অনুচ্ছেদ) লক্ষ্য করা।

(৭) উপযুক্ত আসন অবলম্বন করা। ('মিলনে আসনকলা' অধ্যায়।)

সুরত সময়ে

(১) ধীর গতিতে অথবা থামিয়া থামিয়া অঙ্গসঞ্চালন করা। তাড়াতাড়ি না করা।

(২) অধিকাংশ সময়ে নিশ্চল অবস্থায় থাকা।

(৩) সেই সময়ে (এবং অপর সময়েও) বার বার গুহ্যদ্বার আকুঞ্চন করা।

(৪) স্ত্রীকে হাস্য, আদি শৃঙ্গার রসাত্মক, বিহার সম্পর্কিত উত্তেজক সত্য বা মিথ্যা গল্প বলা।

(৫) অপর কোনও বিষয়ে নিজের মন একাগ্র করা।

(৬) এই উদ্দেশ্যে নিজের গায়ে জোরে চিমটি কাটা।

(৭ স্ত্রীকে তাহার যোনির পেশী বরাবর সঙ্কুচিত করিতে বলা।

(৮) স্ত্রীর বিবিধ কামকেন্দ্রে যথোচিত শৃঙ্গার প্রয়োগ।

(৯) বিশেষত (হাত পরিষ্কার ও হাতের নখ কাটা ও ঘষা থাকিলে) ভগাঙ্কুর, ক্ষুদ্রোষ্ঠ ও ভেস্টিবিউল মৃদুভাবে মর্দন।

(১০) স্ত্রীর গুহ্যদ্বারেও মৃদুভাবে অঙ্গুলি দ্বারা ঘর্ষণ। যদি দেখা যায় যে, ঐভাবে তাহার সুড়সুড়ি ও উত্তেজনা হয়)।

(১১) স্ত্রীকে সক্রিয় হইতে এবং বিপরীত বিহার করিতে বলা।

(১২) বীর্য পতনোন্মুখ বোধ হইলে একেবারে নিশ্চল হইয়া খুব ধীরে ধীরে শ্বাস লওয়া এবং কয়েকবার গুহ্যদ্বার ক্রমান্বয়ে সংকুচিত ও প্রসারিত করা। এইভাবে বীর্যপতন অবস্থা কাটিয়া গেলে আবার ধীরে ধীরে সক্রিয় হওয়া।

(১৩) ধীরে ধীরে শ্বাস লওয়া ও ফেলা।

(১৪) স্ত্রীর অঙ্গ রসক্ষরণে পিচ্ছিল না হইলে শৃঙ্গারে বেশী সময় ব্যয় করা অথবা ক্রীম, জেলী বা থুথু ব্যবহার করা।

(১৫) স্বামীর অঙ্গশৈথিল্য বা লিঙ্গোদ্রেকের অভাবের দরুন স্ত্রী বার বার অতৃপ্ত থাকিয়া গেলে স্বামীর উচিত তাহার মিলন শেষে মাঝে মাঝে স্ত্রীর ভগাঙ্কুরে ঘর্ষণ করিয়া বা কৃত্রিম যৌনযন্ত্র (রবারের বা প্লাস্টিকের—অন্যত্র আলোচনা দেখুন) ব্যবহার করিয়া স্ত্রীর চরমপুলকলাভ করানো।

(১৬) কামভাবের সাময়িক ভাটা বা/ও অঙ্গের শৈথিল্য হরমোনের ঔষধ ব্যবহারে দূর করিয়া লওয়া।

(১৭) উপযুক্ত আসনকলার সদ্ব্যবহার।

অন্যান্য জীবজন্তু রতিকলার ধার ধারে না। নিতান্ত যন্ত্রচালিতের মত মিলনকার্য সমাধা করে। বংশরক্ষার তাগিদেই বেশীর ভাগে।

নর নারীদের আসনকলার সম্যক ব্যাখ্যা করা হইয়াছে এবং প্রথমবারের মত এই সংস্করণে চিত্র দিয়া বুঝাইবার চেষ্টা করা হইয়াছে ১৫৯ ১৬০, ১৬১ পৃষ্ঠায়।

সাধারণ আসন ছাড়াও ভাল ভাল আসনের সন্ধান দেওয়া হইয়াছে ওখানে। ১৫৬- ৫৭ পৃষ্ঠায় আমরা একটি আসনকে ভালও গ্রহণযোগ্য বলিয়াছি। বহুলোক সন্ধান পাইয়া ঐ আসনই সচরাচর ব্যবহার করিযা থাকেন। আমরা আবার উহার পুনঃ সমর্থন করিতেছি।

শেষ কথা

এক দিকে উপভোগের অতি মাত্রা, অপর দিকে অভাব, ত্রুটি, বিচ্যুতি।

খাওয়া পরা, থাকার মতই প্রয়োজনীয় যৌনকামনার তৃপ্তি প্রত্যেক নর ও নারীরই ন্যায্য অধিকার।

সমাজ প্রবর্তিত বিবাহ প্রথার মাধ্যমে উহা সম্ভবপর হয়। কিন্তু বহু ক্ষেত্রেই বিবাহ সম্ভব হয় না, দেরীতে হয়। বিবাহ হইলেও একত্রবাসের সুযোগ হয় না; বিবাহ বিচ্ছেদ ঘটে ও স্বামী বা স্ত্রী বিয়োগে যৌনসাথীর অভাব ঘটে।

সমাজ সংস্কারকেরা অদূর ভবিষ্যতে সুচিন্তিত পন্থা নির্দেশ করিয়া অভাব অসুবিধা দূর করিবেন, এই আশাই করি।

আমরাও এই বিশ্বকোষে বহু মত ও পথের সন্ধান দিয়াছি।

এই পুস্তক খণ্ডের প্রতিপাদ্যই হইল নরনারীর অতি ন্যায্য রতিবিলাস করার ব্যাখ্যা।

আবার এই সমাজ-সমস্যা সম্পর্কে পাঠক-পাঠিকাকে যৌনবিজ্ঞান ১ম খণ্ডের একত্রিশ অধ্যায়ে 'যৌননিষ্ঠা ও সতীত্ব' সম্পর্কে দীর্ঘ আলোচনার দিকে দৃষ্টি আকর্ষণ করিতেছি। ঐ আলোচনার সারমর্ম ঃ

(১) যৌনবৃত্তি একটি প্রবল বৃত্তি।

(২) উহার সহিত মানববংশ বিস্তার সংশ্লিষ্ট।

(৩) উহার তৃপ্তি নারী ও পুরুষের শুধু সুখকরই নহে, স্বাস্থ্য ও শান্তিজনক এবং চিত্তবৃত্তি ও সদ্‌গুণ বিকাশের সহায়।

(৪ ঐরূপ তৃপ্তিতে সকলেরই ন্যায্য অধিকার।

(৫ এই অধিকার হইতে বয়স্ক নর ও নারীকে বঞ্চিত করা বা রাখা অন্যায় ও অত্যাচার বিশেষ।

(৬) ইহা হইতে স্বেচ্ছায় দীর্ঘদিন বিরত থাকা স্বাস্থ্য, শান্তি ও কর্মক্ষমতার হানিকারক।

(৭) চিরকাল, এমন কি দীর্ঘকালও নৈষ্ঠিক ব্রহ্মচর্য পালন অত্যুত্তম স্বাস্থ্য এবং অসাধারণ বা অলৌকিক শারীরিক বল ও মানসিক ক্ষমতা (যথা মেধা, স্মৃতি প্রভৃতি) প্রদান করে এবং সামান্য মাত্রও শুক্রপাত ক্ষতিকারক, সুতরাং বিবাহিতদেরও সহবাস যত কম হয় ততই ভাল—এইরকম ধারণা আধুনিক শারীরবিজ্ঞান অনুযায়ী ভ্রমাত্মক।

(৮) যেহেতু, বিবাহিত যৌনমিলনেই ঐ বৃত্তির নিয়মিত ও সুষ্ঠু পরিচালনা সম্ভবপর, সেইজন্য প্রত্যেক যৌবনপ্রাপ্ত নর ও নারীর সকাল সকাল বিবাহ করিবার ইচ্ছা, সুবিধা ও শক্তি থাকা চাই।*

বিবাহের বয়স পিছাইয়া দিলে সন্তান কম হইবে ও জন্মরোধ সফল হইবে—এই কথা ঠিক নয়। জন্মনিয়ন্ত্রণে পরিপক্ক হইয়া সকাল সকাল বিবাহ করিতে বাধা নাই। আবার দেরীতে বিবাহ করিয়া ঘন ঘন সন্তান জন্মানোরও কোন অর্থ নাই।

(৯) নিতান্ত সাময়িক বিরহ বা প্রবাস ছাড়া প্রত্যেক দম্পতির একত্র জীবনযাপন বাঞ্ছনীয়।

(১০) নিতান্ত বিরক্তিহেতু অমঙ্গলের কারণ হইলে আইনসঙ্গত বিবাহ-বিচ্ছেদ সমাধা করিয়া উভয়কে বিবাহমুক্ত করিতে হইবে যাহাতে তাহারা নূতন সঙ্গী বাছিয়া লইতে পারে।

(১১) একের মৃত্যুর পর অপরের পুনর্বিবাহ করিবার সমান অধিকার ও সুযোগ থাকা চাই।

(১২) দাম্পত্য জীবনকে পূর্ণভাবে সুখকর ও আনন্দময় করিতে হইবে। উপরোক্ত বিষয়গুলি সম্বন্ধে সমাজ অবহিত ও সজাগ থাকিলে নর ও নারীর পক্ষে ভাল থাকা সম্ভবও হইবে। তাহারা কিশোর জীবনে শারীরিক মানসিক সামর্থ্য অর্জন করিয়া পূর্ণতর উপভোগের আশায় নিষ্ঠা পালন করিয়া যাইবে; নিয়মিত ও পূর্ণ যৌবন উপভোগের সুযোগ-সুবিধা পাইয়া দম্পতি পরস্পরের প্রতি ভালবাসা ও শ্রদ্ধা লইয়া দুর্নাম, অর্থনাশ, অশান্তি ও রতিজ রোগের আশঙ্কাপূর্ণ ব্যভিচারের ক্ষণিক সুখের জন্য লালায়িত হইবে না।

(১৩) অথবা মৃতদার নর ও বিধবা বা তালাকপ্রাপ্তা নারী সকল চেষ্টা সত্ত্বেও যদি নর ও নারী-বিবাহ বা পুনর্বিবাহ করার সুযোগ-সুবিধা না করিয়া উঠিতে পারে, তাহা হইলে তাহাদিগকেও যৌনসুখ ভোগের পন্থা বাছিয়া লইতে হইবে। ইহা Victor Marguerite ও তাঁহার সমর্থকদের মতবাদ। ঐ মতবাদে 'তোমার শরীর তোমার নিজের' এই অর্থে বয়স্ক নর ও নারীর স্বেচ্ছা-প্রণোদিত যৌনমিলনে অপরদের নিন্দা বা স্তুতির কোনও কারণ থাকিতে পারে না। বিবাহ-বন্ধনের বাহিরে যৌনসঙ্গী বাছিয়া বা জুটাইয়া লইয়া কামতৃপ্তি লাভ দৃষ্টিকটু হইলেও অনেক ক্ষেত্রে অপরিহার্য হইয়া পড়ে। বিবাহিত-বিবাহিতাদেরও পরকীয়া সংসর্গ বন্ধ হয়।

পাশ্চাত্য জগতে জন্মনিয়ন্ত্রণে গর্ভভয় কমিয়া যাওয়ায় যৌন সম্পর্কে স্বেচ্ছাচারিতা দূষণীয় বলিয়া প্রকাশ্যে প্রচারিত হইলেও সংযত সংসর্গের ব্যবস্থা মানিয়া লওয়া হইতেছে।

---

* এলেন কি (Elen Key)—"Real life has certainly its claims: in one case that all who are hungry should have work at such a rate of pay that they can eat; in the other that all who are of marriageable age should have the possibility of contracting marriage at right time."

ক্রমে ক্রমে যৌননিষ্ঠার উপরে নজরের কড়াকড়ি কমিয়া যাইবে। যৌন উপভোগ বন্ধুত্বপূর্ণ খেলাধুলার সামিল হইয়া পড়িবে। সমাজ ও-সম্পর্কে অধিকতর সহনশীল হইবে। ইহাতে অমঙ্গলের চেয়ে মঙ্গলই বেশী হইবে। কঠোর অতৃপ্ত যৌন ক্ষুধার জ্বালা সকলেরই শারীরিক ও মানসিক অশান্তিকর ও অস্বাস্থ্যকর।

অতৃপ্ত যৌনক্ষুধা অনিষ্টকর

ডাঃ ফ্রয়েড ও অন্যান্য মনোবৈজ্ঞানিকের সুচিন্তিত অভিমত এই যে, অতৃপ্ত যৌনজ্বালা নর-নারীর দেহমনের ভয়ানক ক্ষতি সাধন করে। আমরাও তাই মনে করি।

বিবাহ সমাজতান্ত্রিক ব্যবস্থা। ভগবান-খোদার দোহাই পাড়া হইয়াছে উহাকে প্রতিষ্ঠা করিতে কিন্তু উহাতে বহু ত্রুটি-বিচ্যুতি আছে। সংশোধন করা দরকার। মূল পুস্তকের ১ম খণ্ড ও তৃতীয় খণ্ড পড়ুন।

বিকল্প বিবাহ অর্থাৎ সমাজস্বীকৃত প্রথার উপব্যবস্থা এই হওয়া উচিত যে, সাবালক নর ও নারী স্বেচ্ছায় যৌন অংশীদার বাছিয়া লইবে। লিখিত বা মৌখিক চুক্তিমতে 'ব্যক্তিগত বন্ধু-বান্ধবী (Private Friend) অবাধ স্বাধীনতার ভিত্তিতে হইবে।

আমেরিকায় ও অন্যত্র বহু লক্ষ লক্ষ নর-নারী এভাবে স্বামী-স্ত্রীর মত বসবাস করিতেছে।

(১) ইহাতেও সারাজীবনের বা যথেষ্ট দীর্ঘকালের জন্য আশা ও আস্থা লইয়া চুক্তিবদ্ধ হওয়া বাঞ্ছনীয় তবে অরক্ষণীয় হইলে নর বা নারী পৃথক হইতে পারিবে; (২) পৃথক হইয়া আবার ঐ যৌনবন্ধুত্ব পুনঃ স্থাপন করিতে পারিবে; (৩) আর্থিক স্বচ্ছল অংশীদার অপরের ভরণ-পোষণের দায়িত্ব অথবা উপার্জন করিলে যৌথভাবে সংসার চালাইবে; (৪) নারীরা সন্তান না চাইলে কঠোর জন্মনিয়ন্ত্রণ করিয়া এমন কি, স্বেচ্ছায় গর্ভপাত করাইয়া দায়মুক্ত থাকিবে বা হইবে; (৫) সন্তান চাহিলে সমাজ বিবাহিতদের সন্তানদের মত সে সন্তান নির্দোষ ও গ্রহণযোগ্য বিবেচিত হইবে; (৬) সন্তানের ভরণ-পোষণ মা করিবেন ও জন্মদাতা হারাহারিমতে খরচ যোগাইবেন।

মানব সমাজে সারাজগতে যে কোন সময়ে বিবাহ খণ্ডিত কুমার, কুমারী, বিধবা-বিবাহ, বন্ধন হইতে অপারগ ও মৃতদার পুরুষ, বিবাহবন্ধনে আবদ্ধ হইতে নারাজ যে নর ও নারী, তালাকে বিভক্ত নরনারী, দীর্ঘকালের জন্য একত্র থাকায় অপারগ দম্পতির সংখ্যা বিবাহিত নরনারীর তুলনায় অনেক বেশী। এই পরিকল্পনায় তাহাদের সমাজসম্মত একটি ব্যবস্থা স্থাপিত হইবে। ইহা না থাকায় গোপনে ব্যভিচার, প্রতারণা, অত্যাচারমূলক যৌন-আচরণ চলিতে থাকিবে।

কথা বলার শেষ নাই!

'শেষ কথা' বলিয়াও কত কথাই বলিলাম! যৌনবিজ্ঞানের তৃতীয় খণ্ডে আরও বহু কথা বলা হইবে। তবুও বলিবার মত অনেক কিছু রহিয়া যাইবে।

সুষ্ঠু যৌন জীবনযাপনে জ্ঞাতব্য ও কর্তব্য

১। বিয়ের আগে জগতের শতকরা প্রায় ৯৯জন ছেলে ও বহু মেয়ে হস্তমৈথুন করে বা পুংমৈথুন, নারী-পুরুষ সংসর্গ এমন কি পশুমৈথুন করে যৌনকামনার প্রশমন করে। করাই স্বাভাবিক।

ওসব প্রক্রিয়ার তারতম্যও খুব। কেউ বা রোজ ২/৩ বার, কেউ কেউ রোজ রোজ, কেউ সপ্তাহে দু'বার, কেউ বা মাঝে মাঝে করে। খুব বাড়াবাড়ি না হলে এবং ও সম্পর্কে অযথা কুণ্ঠা, ভয়, পাপবোধ বা উদ্বেগবোধ না করলে শরীর বা মনের কোনই ক্ষতি হয় না। বরং, বিশেষ চাপাচাপি বা জোরে চোট না লাগিয়ে সহজভাবে হস্তমৈথুন করে কামনা সংযত রাখাই ভাল। বিয়ের পরেও স্ত্রী কাছে না থাকলে ওটা করার দরকার হতে পারে।

২। স্বপ্নদোষ নিতান্ত স্বাভাবিক শুক্রভার লাঘবের প্রক্রিয়া। ইচ্ছে করেও স্বপ্নদোষ ঘটানো যায় না, আবার ওটা হলে বা হতে থাকলে বাধাও দিতে নেই। ওতে ভয় পাবারও কিছু নেই। যারা অন্য উপায়ে বীর্যস্খলন করে ফেলে বা নারী সংসর্গ সর্বদা পায় তাদের স্বপ্নদোষ কমই হয়। বিয়ের পর স্ত্রী সংসর্গ হতে থাকলে এমনিই কমে যাবে। হাতুড়ে কবিরাজ, ডাক্তার, হাকিম স্বপ্নদোষ একটা ব্যারাম বলে ভয় দেখিয়ে বাজে ওষুধ দিয়ে পয়সা লুটে।

৩। পায়খানার পরে কারও কারও ও উত্তেজনায় রসস্খলন হয়। ওটা শুক্র তারল্য বলে ওটাকে ব্যারাম বলে হাতুড়েরা বাজে ওষুধ দিয়ে পয়সা লুটে। ওটার জন্য উদ্বেগ বোধ করবেন না। বিবাহিত জীবনে নারী সম্ভোগে ওটা আপনিই সেরে যাবে।

৪। প্রায় প্রত্যেক ছেলেই মনে করে, তার নিজের লিঙ্গ ছোট বা অপরিণত। হাত, পা, নখের মত ওটাও ছোট বা বড় হয়ে থাকে। তাতে গুণ বা দোষের কিছু নেই। ওর উত্থান ক্ষমতা ও কার্য-ক্ষমতাই মূল কথা। খামাখা হাতুড়ে কবিরাজ ডাক্তার ও হাকিমকে দেখিয়ে বাজে ওষুধ কিনে পয়সা খরচ করবেন না। ওকে বাড়াবার কোন ওষুধ নেই। তবে বাল্যে বা কৈশোরে হরমোন ব্যবহারে ফল পাওয়া যায়। পরে আর আয়তনে বিশেষ বাড়ানো যায় না। সামান্য যায় মাত্র।

যাঁরা চাইবেন, তাঁদেরকে মাত্র।

এসব সম্পর্কে আমার 'যৌনবিজ্ঞান' বিশ্বকোষ ২য় খণ্ডে বহু দীর্ঘ আলোচনা ও আত্মকাহিনীর উল্লেখ আছে। ও বই পড়ে অযথা

ভয়, ভীতি, অনুশোচনা ও কুসংস্কার থেকে মনকে মুক্ত করুন। অবশ্য উপযুক্ত জ্ঞানীর হাতের হরমোনঘটিত বড়ি, মালিশ ও বা ইন্‌জেক্‌শন লিঙ্গকে উত্থানক্ষম ও দৃঢ় করে। ওষুধের পরিচয়পত্র পাঠালুম। আগে 'যৌনবিজ্ঞান' দুই খণ্ড তন্ন তন্ন করে পড়ে জ্ঞানসঞ্চয়, কুসংস্কারদূরীকরণ ও আত্ম-প্রত্যয়লাভ করুন। তারপর ওষুধ ব্যবহার করুন। ও বইতে রতিজরোগ ও নানাবিধ যৌন বিশৃঙ্খলার কথা ও ব্যবস্থাবিধিও আছে।

৫। বিয়ের আগে নারী সংসর্গে ও বিয়ের পর মিলনে শীঘ্র শীঘ্র রেতস্খলন বেশীর ভাগ পুরুষেরই হয়ে থাকে। ওটা নতুনত্ব, ব্যস্ততা ও রতিকৌশল না জানার দরুন হয়। 'যৌনবিজ্ঞানে' মিলন-কৌশলের বিস্তৃত আলোচনা ও উপদেশ আছে। পড়ে পড়ে আত্ম-প্রত্যয় বাড়িয়ে সুষ্ঠু উপভোগের মাত্রা বাড়ান।

শুভ কামনা করি। যৌনজ্ঞানের অভাব বহু অমূলক অশান্তির কারণ হয়।

আবুল হাসানাৎ

ফোন ঃ ২৩৮৪৫৭ ফ্যামিলী ওয়েলফেয়ার সার্ভিসেস লিঃ

৩১, তোপখানা রোড, ঢাকা-২

সারা জীবন নিজে ভাবিয়া-চিন্তিয়া, খুঁজিয়া আবার সংশোধন, সংযোজন করিয়া পাঠক-পাঠিকাদেরকে বুঝাইতে গিয়া তৃপ্তি বোধ করিলাম। আজ, জীবনের শেষ প্রান্তে, মনে হইতেছে, আরও হাজার বৎসর বাঁচিলেও অমনতরই কাটাইতাম।

জ্ঞান-বিজ্ঞান অফুরন্ত! 'শেষ কথা' বলিয়া কিছুই নাই। সান্ত্বনা ঃ

জীবনে বলেছি বহু কথা লিখেছিও যথা তথা,
আমি যবে রব না'ক, রবে মোর কিছু কথা।

এখানে আরও কিছু মাত্র—ত্রুটি, বিচ্যুতি, অভাব, বিপত্তির!

আমার গবেষণা-চক্র কাজ করিয়া যাইবেন। Love Mankind : Serve Mankind ব্রত আমার। তাঁহাদেরও। তাঁহারা একটি সার্বজনীন সমস্যার উল্লেখ ও আংশিক সমাধানের চেষ্টা করিয়াছেন। ভাল কথা!

সার্বজনীন সমস্যা

১। লজ্জার কথা নয়। নিগূঢ় জীবনতত্ত্ব। আধুনিক যৌন-বিজ্ঞানের অভিমত, যৌন কামনার উপশম ও তৃপ্তিলাভ জীবন ও মানব জগতে এবং সার্বজনীন চাহিদা। ন্যায্য অধিকারও বটে।

বহু গোপন পত্র, বিবৃতি ও অনুরোধ উপরোধে আমাদের এ প্রচেষ্টা।

অন্যান্য প্রাণীর মধ্যে ও চাহিদা মেটাবার অবাধ সুযোগ-সুবিধা রয়েছে। কেবল মানুষের মধ্যেই পরিবার, গোষ্ঠী, সমাজ কতক সংগত ও বহু অনাবশ্যক উদ্ভট আইন-কানুন, আচার-প্রথা প্রবর্তন করে যৌনজীবনকে সংকুচিত করে রেখেছে। ফলে, সময় মত স্বাভাবিক উত্তেজনা মেটাতে না পারায় হস্তমৈথুন, সমলৈঙ্গিক মৈথুন, পশু-মৈথুন ইত্যাদি কদাচারে লিপ্ত হয় ও থাকে বহু নর ও নারী বহুকাল। ওসবের বাড়াবাড়ি ও নানা বিকৃত আচরণের দরুন কুফলেও ভোগে অনেকে।

সংগত প্রতিকার : কৃত্রিম যন্ত্রের সংযত ব্যবহার।

(যন্ত্র : নরনারীর অঙ্গের রবার ইত্যাদির প্রতিকৃতি।)

পুরুষের জন্য ব্যবহার্য যন্ত্র 'সখী'—৫০'০০, নারীর জন্য 'সখা'—৪০'০০। একটি অনেক দিন চলে। অগ্রিম দেয় : ১৫'০০। প্যাকিং পোস্টেজ স্বতন্ত্র।

৭। অবিবাহিতা, পরিত্যক্তা, বিধবা, স্বামীসঙ্গবঞ্চিতা অথবা যৌনদুর্বল স্বামীভোগ্যা স্বাভাবিক নারীদের পক্ষে কালচারের চেয়ে যন্ত্র ব্যবহারে সংযত উপভোগ তাঁদের দেহমনের স্বাস্থ্য-শান্তির সহায়ক। পুরুষের পক্ষেও তাই-ই।

আরও কথা এই যে, নারীরা ইচ্ছায়, এমন কি বিরক্তি-ভরেও পুরুষদের লালসা মেটাতে পারেন সারা জীবন। কিন্তু পুরুষেরা নানা কারণে (সঙ্গের ছাপানো কাগজ দেখুন) অনেক ক্ষেত্রে ও সময়ে নারীদের কামেচ্ছায় পুরো তৃপ্তি দিতে পারেন না যথেষ্ট কামাবেগ ও রতি-ক্ষমতার অভাবে। যাঁরা পারেন না, তাঁরা যন্ত্রের মাধ্যমে নারীদেরকে তৃপ্তিলাভ করাতে বা করে নিতে সাহায্য করতে পারেন। করাই উচিত।

কেবল তাঁদেরই নয়—স্বামী, প্রণয়ী, অন্তরঙ্গ আত্মীয়, আত্মীয়া ও পুরুষ বন্ধুদেরকে তাঁদের জানাশোনা অতৃপ্তা নারীদেরকে (জগতে কোটি কোটি অমন নারী আছেন) নির্দোষ ও নিষ্কণ্টক পন্থার সন্ধান দেওয়া মানবিক কর্তব্য।

পাশ্চাত্য নারীরা শিক্ষিতা ও সচেতন। এদেশে ও অপর অপর বহু দেশে অশিক্ষিতা, কুসংস্কারাচ্ছন্না ও অল্পে তুষ্টা নারীদের সুবিধার জন্যই আমরা এ পরামর্শ দিই ও ব্যবস্থা করেছি।

নারীদের প্রকৃতিগত যৌনতৃপ্তি লাভের মহা সমস্যার কথা আবুল

হাসানাৎ সাহেবের বিখ্যাত যৌনবিজ্ঞান ২য় খণ্ডে বিস্তৃতভাবে আলোচিত হয়েছে। পড়ে দেখুন।

যন্ত্র দুটো গোপনে নেওয়া, রাখা ও ব্যবহার করা যায়।

৮। **ব্যবহার বিধিঃ** সখা—(১) পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন রাখা। (২) ব্যবহারের আগে তৈল, সাবান, জল, ভেসেলিন ইত্যাদি দিয়ে পিচ্ছিল করে নেওয়া। (৩) কোমলাঙ্গে আঘাত না লাগে এমনভাবে ধীরে ধীরে তৃপ্তিলাভ করা। (৪) ব্যবহারের পরে কনডম ধুয়ে মুছে রাখা। (৫) সহজে ব্যবহার্য বলে বাড়াবাড়ি না করা। (৬) অন্যায়, বে-আইনী বা ধর্ম বিরুদ্ধ কিছু করা হয়নি বলে অসংকোচ মনোভাব পোষণ করা।

সখী—(১) কনডমকে ঐ। (২) ঐ। (৩) ঐ। (৪) ঐ। (৫) ঐ। (৬) ঐ।

কনডম পরিবার পরিকল্পনা অফিসগুলোতে, ওষুধের দোকানে ও আমাদের কাছে পাওয়া যায়।

(পুরো গোপনীয়তা রক্ষা করা হয়।)

॥ একুশ ॥

বর্ণসূচী (দ্বিতীয় খণ্ড)

[প্রথম দিকে বিস্তৃত বিষয়সূচী দেওয়া হইয়াছে। জিজ্ঞাস্য তথ্য যে বিষয়ের অন্তর্ভুক্ত উহার আলোচনা দেখিলেই তথ্যের সন্ধান মিলিবে।]